

सावधान—हमसे जहाँ तक कोशिश हो पाई, पुस्तक ठीक तरह से छापी है, फिर भी गलती रह जानी कोई बड़ी बात नहीं है। मंदर सम्बन्धी किसी विशेषज्ञ से परामर्श लेकर ही कार्य करें। पब्लिशर्स, प्रेस, लेखक एवं प्रेस कर्मचारी किसी तरह से कतई जिम्मेदार नहीं होंगे।



प्रकाशक .

देहाती पुस्तक भण्डार,  
चावडी बाजार, दिल्ली-६



कविराज जगन्नाथ शास्त्री



© सर्वाधिकार .

प्रकाशकाधीन



मूल्य

12 00

विदेश में पौंड 2 £



मुद्रक

आर० के० प्रिंटर्स,

कमला नगर, दिल्ली-७

## योन स्वास्थ्योपयोगी

|                               |      |
|-------------------------------|------|
| ब्रह्मचर्य साधन               | 4/50 |
| व्यायाम-शिक्षा                | 4/50 |
| लाठी-शिक्षा                   | 3/-  |
| मल्ल युद्ध                    | 4/50 |
| ब्रह्मचर्य के अनुभव           | 4/50 |
| हम स्वस्थ कैसे रहे            | 12/- |
| तीन प्रमुख योग                | 6/-  |
| बड़ा योगासन (सन्निवृत्त)      | 8/25 |
| मानसिक ब्रह्मचर्य कर्मयोग     | 12/- |
| सदा जवान रहो                  | 18/- |
| स्त्री पुरुषों के योगासन      | 3/-  |
| नारी यौवन व्यायाम और सौन्दर्य | 18/- |
| कद बढ़ाने के व्यायाम          | 7/50 |
| मोटापा कम करने के उपाय        | 7/50 |
| योग का इतिहास                 | 3/-  |
| योग नियमावली                  | 1/-  |
| स्वप्न दोष विज्ञान            | 1/50 |
| कब्ज का शक्तिया इलाज          | 4/50 |
| योन विज्ञान                   | 4/50 |
| घरेलू चिकित्सा                | 4/50 |
| धनवन्तरी वैद्य                | 4/50 |
| देहाती इलाज                   | 6/-  |
| प्राकृतिक चिकित्सा विज्ञान    | 15/- |
| पानी घूप मही तथा सब रोगों की  |      |
| प्राकृतिक चिकित्सा            | 15/- |
| प्राकृतिक चिकित्सा का दिन     | 71/- |
| प्रेमसूत्र                    | 6/-  |
| कामसूत्र                      | 6/-  |
| गर्भसूत्र                     | 6/-  |
| गृहस्थसूत्र                   | 18/- |
| स्त्री-परुष                   | 6/-  |
| वैद्यराज (घरेलू डाक्टर)       | 6/-  |
| बड़ा घर का वैद्य              | 12/- |

गहूं उपचार—काली वासी 6, गेहूं-आर : एक रामबाण दवाई—  
 ववासीर 6, अकारा 6, जिगर  
 विकार 6, दमा 6, पत्यरी 6,  
 पेट के कीड़े 6, वायुगोष्ठा 6,  
 सुजाक 7, खाँसी 7, बदहजमी 7,  
 आँखों की नाबी 7, क्षीण दृष्टि 7,  
 दन मजन 7, पीडा 7, मलेरिया 7,  
 नमक उपचार—आई लोशन (आँख  
 की दवा) 8, कान-दर्द 8, पेट के  
 कीड़े 8, सुरमा मोतीयाचिन्दु 8,  
 मेदा-विकार 8, घमृत-चूर्ण 9,  
 यकी आँखों के लिए 10, बिच्छू  
 काटे का इलाज 11, मलेरिया का  
 नफल इलाज वेमिसाल 11,  
 नुग्मा 12 दर्द और जलन 12, सिर  
 दर्द 13, नजला-जुकाम 13, बद  
 मामिक घर्म 13,  
 नमक और चीनी उपचार 13,  
 मिर्च उपचार— एक अनोखी  
 औषधि 14, कान दर्द 15,  
 दत-पीडा 15, आँखों के सिर का  
 दर्द 16, बुखार 16, दस्त-  
 मरोड 16, विपैला डक 16,  
 हैजा 16, हैजे की गोली 18  
 विल्कुल आसाननुस्वा 17  
 काली मिर्च का जादू—पेट के रोग 17  
 वादी नाशक 18, हैजा 18,  
 हल्दी उपचार—मूत्र की अधिकता 18,  
 कमजोर नजर 18, वेमिसाल  
 टिनचर 19, अद्भुत तेल 19,  
 ममीरा हल्दी 19, मुजाक तोड 20,  
 मुह के छाले 20, कठमाला 20,  
 पेट में हवा भर जाना 20 आँख  
 की लाली 21 चबल 21  
 फुलवहरी 21, विपैला डक 21

बलगमी दसा 21, जु  
 गले के घमर्द 21,  
 घनिया उपचार—मूत्राशय का  
 22, मिर-दर्द 23, का  
 दिमाग 23 गज 24, आँख  
 24, नक्कीर, 24, खुश्क खाँ  
 24, भोजन लगना 24, कै 2  
 दस्त 24, बदहजमी, 25, हृदय  
 रोग 25, मूत्र की जलन 25,  
 मासिक-घर्म की अधिकता 25,  
 गर्भिणी की कै 25, नीद न  
 आना 25, खूनी ववासीर 26,  
 प्यास की तेजी 26, मूजन 26,  
 दारचीनी उपचार 26, कमजोर  
 दिमाग 26, क्षय 26, दस्त और  
 मरोडा 27 वीर्य पोष्टक चूर्ण  
 27, इफ्लुएजा 27,  
 अदरक उपचार 27 खासी-दमा 27,  
 भूख न लगना 27, पाचनवर्द्धक  
 चूर्ण 27, कान-दर्द 28,  
 इफ्लुएजा 28, कै 28, आवाज  
 बैठना 28, नजला-जुकाम 28,  
 पसली का दर्द 28, सग्रहणी,  
 मरोड, बदहजमी 28,  
 लौंग उपचार 29, पेट फूलना 29,  
 बदहजमी 29, जुलाब 29, खासी  
 और दमा 29, 29, बुखार और  
 सिर-दर्द 29, इफ्लुएजा 29,  
 मितली आना 29, हिचकी 30,  
 प्यास की तीव्रता 30,  
 इलायची उपचार 30, प्यास की  
 तीव्रता 30, पाचनवर्द्धक 30,  
 हैजे की रामबाण चिकित्सा 31,  
 शरद् ऋतु की खाँसी 31, प्रमेह,  
 31, मूत्र-जलन और नया  
 सूजाक 31, हिचकी 32

काग उपचार—हिस्टिरिया 32 हैजा  
 32, दमा, 32 काली खाँसी 32  
 सीने का दर्द 32, पसली का दर्द  
 33, पेट दर्द 33, पेट विकार  
 नाशक 33, आवाज बैठना 33,  
 नया जुकाम और हींग 33,  
 पागल कुत्ते के काटने पर 34,  
 चीटी भगाना 34, दस्त-पीड़ा व  
 कीड़ा लगना 34, पेट के कीड़े  
 34, दाद 34, कान के रोग 34,  
 दर्द कान 34, मेदे का दर्द 34,  
 35, सूखी प्रसव हींग-  
 टिकचर 35

प्याज उपचार 35 साँप काटे का  
 चमत्कारी नुस्खा हैजे की  
 रामबाण दवा 36, दस्त और  
 मरोड 27, दमा, सिर-दर्द, 36,  
 मोतियाबिन्द 36, लाजवाब  
 सुरमा 36, मूत्र की जलन 37,  
 स्तन घाव 37, बच्चों का  
 कान-दर्द 37, बच्चों की आँखें  
 दुखना 37,

लहसुन उपचार—37, अफारा व  
 हैजा 37, पेट के कीड़े 38, कान-  
 दर्द का चमत्कारी तेल 38, हैजे  
 का तुरन्त उपचार 38, काली  
 खाँसी 39,

मधु उपचार—39, आघे सिर का  
 दर्द 40, नजला-जुकाम 40,  
 थकान 40, मुँह के घाव 40,  
 दत-रोग 41, नेत्र-रोग 41 कान  
 के रोग 41, गले के रोग 42,  
 छाती और फेफड़ों के रोग 42,  
 पुरुषों के रोग 42, बच्चों के  
 रोग 42, तपेदिक 43,  
 मोटापा 44,

गाजर उपचार—44, कमजोर  
 दिमाग 44, आघे सिर का दर्द  
 44, सीने का दर्द 44, वनगमी  
 खाँसी 44, पथरी, 44, मासिक  
 धर्म 44, पोम्प बल के लिए  
 44, बच्चों की कमजोरी 45,  
 पेट के कीड़े 45, ममूहों के लिए  
 45, हृदय रोग 45,

मूली उपचार—45, पीलिया, 45,  
 दाद 46, गुर्दे का दर्द, 46  
 बवासीर 46, विप्रेला डक 46  
 गले का घाव 46, नेत्र रोग 46,

घीयाकद्दू उपचार—46, सिर-दर्द  
 46, कान-दर्द 47, दत-पीड़ा  
 47, नेत्र-रोग 47 मूत्र गिरना  
 47 प्याज की तीव्रता 47 बन्द  
 मूत्र 47, कब्ज, 47, दिमाग  
 और जिगर की गर्मी 47, खूनी  
 बवासीर 48, पीलिया 48,  
 बच्चों का रोग 48, तपेदिक 48,  
 गर्भ में 48, लडकी की बजाय  
 लडका 48, गुर्दे का दर्द 48,

जामुन चिकित्सा—मरोड 53,  
 मोतियाबिन्द 53, स्वप्नदोष 53,  
 खूनी दस्त 53, आवाज बैठना, 53  
 पतला वीर्य 54, मग्नहणी  
 मरोड 54, मधुमेह 54, मासिक  
 स्राव की अधिकता 54, लिको-  
 रिया 54, सूजाक 54, दत  
 रोग 55

तरबूज चिकित्सा—मिर्ददर्द 55, वसम  
 और पागलपन 55, कै 56, प्यास  
 की तीव्रता 56, हृदय घडकन 56  
 कब्ज 57, मूजाक 57, गर्मी का  
 ज्वर 57, बवासीर 57

नारंगी चिकित्सा—नजला और

जुकाम 58, खांसी 58, भूख न लगना 58, पमली का दर्द 58, टाइफायड 58, हृदय बलवर्द्धक शर्वत 59, नारंगी पेय 59, नेत्र रोग 59, मुन्दर मन्तान 60

नौव चिकित्सा—खांसी 60, मुहासे 60, खुजली 60, मितली 60, पेट-दर्द 60, दन्त-पीडा 60, तीव्र जुकाम 60, बुखार में प्यास 61, दस्त व मरोड़ 61, सग्रहणी 61, सिर चकराना 61, सुगम प्रसव 61, व्यूटीलेशन 61, त्वचा शोधक 62, दाद के दो सर्वोत्तम नुस्खे 62, सीने की जलन 63, तिल्ली 63, मलेरिया 63, बवासीर 63, हैजा 63, हिस्टीरिया 63, मोतियाबिन्द 64, श्वास की दुर्गन्ध 64, गर्भपात की चमत्कारी दवा 54

अनार चिकित्सा—नेत्र खुजली 64, आँव की सुखी व दर्द 64, दाँतो में खून आना 65, पेट दर्द 65, जिगर व मेदा विकार 65, पीलिया 65, हृदय बल वर्द्धक शर्वत 66, भूख बढ़ाने वाला शर्वत 66, नेत्र रोग 66, खांसी 66, बवासीर 66, मूत्र की अधिकता 66, स्वप्न दोष 67

मुह की दुर्गन्ध 67

अ गूर चिकित्सा—कान का पीडा 67, बालझड 67, खांसी 67, आँख दुखना 67, आँव में खुजली 67, नकमीर 67, स्त्री रोग 68, हृदय बलवर्द्धक 68, मिरगी 68, पीलिया 68, कब्ज 68, गुर्दे का

दर्द 68, मासिक घर्मे की चिकित्सा—68, बच्चों का कब्ज 69, सेव चिकित्सा—69, आँख की लाली 69, मिरदर्द 69, दिर्मीर की कमजोरी 69, खांसी 70, दर्द 70, पेट के कीड 70, प्यास की तीव्रता 70, चमत्कारी टॉनिक 70, यौन बलवर्द्धक 70, उपयोगी चाय 70

अनन्नास चिकित्सा—गर्मी तोड़ शर्वत 71, अनन्नास का मुरब्बा 71, अजीर्ण 72

बादाम चिकित्सा—अक्सौर दिमाग 72, चश्मे से छुटकारा पाइये 73, तुतलाना 73, हृदय बलवर्द्धक 73, जिगर की मूजन 74, पीलिया 74

अखरोट के चमत्कार—खांसी और दमा 75, यौन बलवर्द्धक 75, मरोड़ 75, विष काट 75, अखरोट तेल 75, दन्त पीडा 76, खिजाव तेल 76

आम के चमत्कार—अक्सौर तपेदिक 76 अक्सौर सग्रहणी 76, अक्सौर हाजमा 77, अक्सौर तिल्ली 77, अक्सौर दिमाग 77, आँत के रोग 77, रक्त विकार 78, पुरुषों के रोग 78, गर्भिणी की कैं 78, गर्मी तोड़ 78, लू 79, मधु-मेह 79, मरोड़ व सग्रहणी 79, जिगर की कमजोरी 79, दंत मजन 80, पत्थरी 80

सौंफ—दिमाग की कमजोरी 80, दिमाग की गर्मी 80, नींद न आना 80, अधिक नींद 81, नजला व जुकाम 81, आँखें



दुखनां 81, कमजोर नजर 81, वाल शर्वत 82, हैजा 82, सीने का दर्द 82, रुका मामिक धर्म 82, कमजोर मूत्राशय 82, पुराना नजला व जुकाम 82, वच्चो को मरोड 83, प्रमेह व स्वप्नदोष 83, खुजली 83, गर्भिणी की कब्ज 83

त्रिफला—मूत्र जलन 84, खूनी ववासीर 74, प्रमेह 84, गर्भिणी की कै 84, मिर चकराना 85, मानसिक गर्मी खुश्की 85, वलगम तोड 85, प्रदर रोग 85, नकसीर 85, खमरा की जलन 86, दिल की घडकन 86, स्वप्नदोष 86

हरड़ और वहेंडा—कब्ज 86, पाचन विचार 86, खांसी और दमा 87, आंखो की लाली 87, काढा 87, मूजाक 87, सुरमा 87

फिटकरी—दुखती आंखो का इलाज 89, ममूढो को मजबूत करती है 90, वारी के ज्वार की औषधि है 90, मलेरिया 91, दमा और खांसी फिटकरी उपचार 91, मरोड और दस्तो को रोकती है 92, हैजे की गोलियां 92, चोट की आंतरिक पीडा के लिए 93, मूजाक की चमत्कारी औषधि 93, स्त्री-पुरुष प्रमेह का उचित इलाज 93, प्रमेह 93, ववामीर

के मस्से मुर्भा कर गिरा देती है 94,

अजवाइन—पाचन-वर्द्धक गोलियां 94, उरद पीडा 94, उदर पीडा, अफारा और अजीर्ण 95, मलेरिया 95, पुराना ज्वर 95

सुहागा—मुँह आना 96, नजला-जुकाम की चमत्कारी औषधि 96, आवाज बैठना 96, तिल्ली 96, दाद 96, पथरी 96, पायरिया टुथ पाउडर 97, पित्त पाउडर 97 कपूर 97,—जीवनामृत 97, सू घिये और दर्द गायब 99 तेल खुजली 99, दाद और चम्बल का राम वाण तेल 99, अकसीर दाद 99, ववामीर 100, कण्टदायक मासिक धर्म 100, लिकोरिया 100, अर्क कपूर 100 हैजा नहीं होगा 101,

नौसादर—101, सिर दर्द 101, वेहोशी 101, अमृत पाउडर 102 दाद-दर्द 102, खांसी 102, पेट-दर्द 103

गधक 100, गधक रसायन 113 काला दाद 103, चबन 104-गेरु—104, खून बन्द 104, ववासीर व मरोड 104, खसरा, 104 रीठा—105, मिरदर्द और रीठा 105, मूर्छा और रीठा 105, रीठे का सुरमा 105, चेहरे के धब्बे, 106, लकवा 106,

बवासीर और रीठा 106, साँप काटे का चमत्कारी इलाज 106, दत रोग 107, हैजा और दस्त 107, पीलिया और तिल्ली 107, सूखे की मफल चिकित्सा 107, वीर्य-बल-वर्द्धक 107, दमा 108,

तम्बाकू—108, दत पीडा का अचूक औषधि 108, दात हिलना 108, घाव का अचूक तेल 108, विपिले जन्तुओं के काटे का इलाज 109,

चूना—हैजा 110, बच्चों का सूखा 110, खून बन्द होगा 110, कमजोर दिल 111, बच्चों के हरे-पीले दस्त 111, बच्चों की कमजोरी 111

तुलसी के चमत्कार—पौरुष-बल वर्द्धक 111, ज्वर 112, मलेरिया की अचूक औषधि 112, मलेरिया की अचूक औषधि 113, जुकाम और खाँसी 113, वैदिक चाय 113, साँप काटे की दवाई 114, त्वचा विकार 114, तुलसी का तेल 114, पेट के रोग 115

ग्लोम के चमत्कार—मलेरिया 116, पुराना ज्वर 116, बारी का ज्वर 117, रक्त शोधक 117, खसरा व पित्त नाशक 117, पीलिया 117, गठिया 117,

मधुमेह 117, प्रमेह 118, श्वेत प्रद (स्त्रियो का प्रमेह) 118, हिचकी 118, कैं 118, पेट के कीड़े 118, खासी 118

ब्राह्मी बूटी के चमत्कार—मानसिक रोग 119, ब्राह्मी चूर्ण 119, ब्राह्मी ठण्डाई 119, ब्राह्मी शर्वत 119 अकं ब्राह्मी 120, नेत्र रोग 120, पुरुष रोग 120, स्त्री रोग 121,

वनफशा के चमत्कार—जुकाम 122, बलगम और पित्त 122, शर्वत वनफशा 122,

धीक्वार के चमत्कार—नेत्र रोग 123 खाँसी दमा 123, जिगर विकार और तिल्ली 123, जोड़ों का दर्द 124, उदन रोग 124,

भंगरे के अनुभूत प्रयोग—सिरदर्द 125 आँख की लाली 126, कान का पीप 126, दन्त पीडा 126, गले के रोग 126, मेढ़े का दर्द 126, त्वचा रोग 126, श्वेत कोढ़ 126, उदर पीडा 126, कायाकल्प चूर्ण 126 बालभङ्ग 127, नेत्र खुजली 127, आँखों का अजन 127, कान बहना 128, कान में घाव 128, नजला-जुकाम 128, दन्त मजन 128, कैं 128, पुराने दस्त 128, बारी का ज्वर 129 ज्वर-तोड़ 129, पुराना ज्वर 129

तपेदिक का बढिया उलाज 129,  
 गर्मी का ज्वर 130, पेट के  
 कीड़े 130, बवासीर 130,  
 कब्ज नाशक गोलियाँ 130,  
 पथरी 131, खुजली 131,  
 बढिया मरहम 131, माँ का दूध  
 बन्द करना 131, स्तन घाव 131  
 कण्टदायक मासिक धर्म 132,  
 बबूल (कीकर)—केश काला शर्करा 132  
 कान की पीप 133, दन्त  
 मजन 133, मूखी खाँसी 133,  
 खूनी थूक 133, बन्द मूत्र 133,  
 दिल घड कना 133,  
 पीलिया 133, सूजाक 134,  
 खूनी दस्त 134, प्रमेह व  
 शीघ्रपात 134, लिकोरिया 134,  
 पीपल के चमत्कार 134, सूजाक 134  
 दमा 135, पेट की जलन 135,  
 हिचकी 135, हाथ पाव फटने  
 की चिकित्सा 135, खाँसी 135,  
 पेटदर्द 135, हैजा 135, तीव्र  
 प्यास 135, खूनी बवासीर 135,  
 लिकोरिया 136, दमे की सर्वोत्तम  
 चिकित्सा 136, वाँझपन की  
 अनुभूत चिकित्सा 136, प्रमेह व  
 स्वप्नदोष 136, पुराना  
 सूजाक 136,  
 वरगद के चमत्कार—अभुद्ध  
 उपहार 137, पुरुष रोग 137,  
 कायाकल्प चूर्ण 137, प्रमेय 137,  
 वीर्य-विकार 138, वरगद हैयर  
 आयल 138, भगदर 138, वच्चो  
 के हरे दस्त 138, उत्तम

चाय 138, अजगीर निको-  
 गिया 139, हिचकी 139,  
 फुलवरी 139, मूत्र म मूत्र  
 श्राना 139, माँ का दूध बढाने  
 की विधि 139, खुजली 139,  
 हैजे की चिकित्सा 139, गूनी  
 बवासीर 140,  
 सरस के चमत्कार—मिर-दर्द व  
 नजला 140, दत-पीडा 140,  
 खूनी बवासीर 140, पेट के  
 कीड़े 140, वीर्य-पीष्टिक 140  
 अरंड के चमत्कार—मुखद प्रभव 141  
 अक्सीर हैजा 141, अक्सीर  
 भगदर 141, अक्सीर  
 फुलवरी 141, मानमिक-बल  
 वर्द्धक 141, कमजोर मूत्राशय 141  
 प्लेग 141, पाचन-वर्द्धक 142,  
 नीद की अधिकता 142,  
 असगध के चमत्कार—रक्त-शोधक  
 चरण 142, कूल्हे का दर्द 142,  
 पथरी 142, चमत्कारी  
 रसायन 142, कब्ज नाशक 143  
 पान चिकित्सा—गला पटना 143,  
 पुरानी खाँसी 143, अंडकोप  
 विकार 143, पमली का  
 दर्द 143, अफारा 144,  
 चमत्कारी टोटके—गुर्दे का दर्द 144,  
 तिल्ली तोड 144, जले घाव की  
 चमत्कारी मरहम 144; नाक  
 का घाव 144, मुह के  
 छाले 145, मरोड 145, विच्छू  
 काटे की अचूक दवा 145,  
 जुकाम 145, सौरोग एक दवा  
 कब्ज—रोगो की जननी 146 से 152

# बड़ा घर का वैद्य

प्रत्येक घर में आसानी से प्राप्त होने वाली साधारण मामूली द्वारा साधारण और असाधारण रोगों का आसान इलाज मानी यह पुस्तक घर का डाक्टर है।

## गेहूँ उपचार

● काली खाँसी—जुलाई 1967 में मेरे पाँचों बच्चों को काली खाँसी की शिकायत हो गई। परन्तु निम्नलिखित नुस्खा तैयार करके उपयोग करने से सब बच्चे स्वस्थ हो गए—

गेहूँ का निशास्ता, कीकर की गोद, अफीम (विशुद्ध), सत् मुलेट्टी—मक्खन बराबर वजन कूट-पीस कर पानी द्वारा मोठ के बराबर गोलियाँ बना लें। एक वर्ष से दो वर्ष तक के बच्चे को एक गोली प्रातः एक साथ दें। दो से चार वर्ष तक के बच्चे को दो गोली प्रातः व साय, चार से आठ वर्ष के बच्चे को तीन या चार गोली प्रातः व साय जल के साथ दें।

खटाई तथा तेल की वस्तुओं से परहेज करवाएँ।

—सूवेदार सुन्दर सिंह

## गेहूँ-क्षार एक रामबाण दवाई

दाने पृथक् करने के पश्चात् गेहूँ के पीधो को जलाकर राख करें और इस राख को चार गुना पानी में भिगोकर कपड़े में से छान कर रखें। जब पानी निथर जाए और मैल नीचे बैठ जाए तो निथरे हुए पानी को सावधानी से पृथक् करके लोहे की कड़ाही में ढाल कर आंच पर पकाएँ। जब पानी सूख जाए तो कड़ाही को आंच पर से उतार ले और इसमें लगी हुई सफेद चीज को खुरच कर बारीक पीसें और कपड़े में से छान कर शीशी में रखें—यह गेहूँ का क्षार है।

● ववासीर—एक-एक ग्राम गेहूँ का क्षार प्रातः व साय ताजा जल के साथ खाने से खूनी ववासीर ठीक हो जाती है।

गेहूँ के क्षार को दुग्ने मक्खन में खरल करके ववासीर के मस्तो पर लगाना लाभदायक है।

● अफारा—गेहूँ-क्षार एक ग्राम गरम जल के साथ सेवन करने से अफारा दूर हो जाता है।

● जिगर विकार—एक-एक ग्राम गेहूँ का क्षार प्रातः गाय की छाछ के साथ और साय ताजा जल के साथ सेवन करना तिल्ली और जिगर विकार में लाभदायक है।

● दमा—एक-एक ग्राम गेहूँ-क्षार स्वभावानुकूल रोगी को गरम या ताजे जल के साथ प्रातः व साय सेवन कराने से दमे को दूर करता है।

● पत्यरी—एक-एक ग्राम गेहूँ का क्षार प्रातः व साय जल के साथ सेवन करने से पत्यरी दूर हो जाती है।

● पेट के कीड़े—एक-एक ग्राम गेहूँ का क्षार प्रातः गाय की छाछ और साय ताजा जल के साथ खिलाने से पेट के हर प्रकार के कीड़े दूर हो जाते हैं।

● वायुगोला—एक-एक ग्राम गेहूँ-क्षार प्रातः और साय गरम जल से सेवन करें, इससे वायुगोला ठीक हो जाता है।

**सूजाक**—एक-एक ग्राम गेहू का क्षार प्रात व साय गरम जल से सेवन करने से सूजाक दूर हो जाता है—इसी प्रकार सेवन करने से रुका मूत्र खुल कर आने लगता है ।

❶ **खासी**—गेहू का क्षार एक भाग, गुड दो भाग—दोनों को मिलाकर एक-एक ग्राम की गोलियाँ बन लें । एक-एक गोली दिन में दो-तीन बार मुँह में रखकर चूसने से खासी दूर हो जाती है ।

❷ **वदहजमी**—गेहू क्षार एक भाग, सोठ दो भाग—दोनों को बारीक पीस कर कपड़े में छान लें । एक-एक ग्राम दिन में तीन-चार बार तनिक गरम जल के साथ सेवन करने से वदहजमी दूर हो जाती है । यदि पेचिश हो और इसमें खून आता हो या आब आती हो तो भी इसी प्रकार सेवन करें ।

❸ **आँखों की लाली**—अर्क गुलाब 32 ग्राम में गेहू-क्षार दो रस्ती घोल कर रखें । दिन में दो-तीन बार इसकी दो-दो बूँद आँखों में डालने में दुखद नेत्रों को ठीक करता है । इससे घाव, खुजली, दर्द और लाली तुरन्त ठीक हो जाते हैं ।

❹ **क्षीर दृष्टि**—गेहू-क्षार एक भाग, काला सुरमा पाँच भाग—दोनों को एक मप्ताह तक नीबू के रस में खरल करें । प्रात व साय इसे आँखों में लगाने से नज़र की कमजोरी दूर हो जाती है ।

❺ **दंत मजन**—गेहू-क्षार, हरड और बहेडा आवला (गुठली निकाल कर) सब बराबर वजन (चारों पचाम-पचाम ग्राम) लेकर बारीक पीसें और कपड़े में छानें । इसे मजन के रूप में प्रात व साय उगली के साथ दाँतों और मसूड़ों पर लगाएँ और दस मिनट पश्चात् ताजा या उष्ण जल में मुँह साफ करें । यह दाँतों का मैल, मुँह की दुर्गन्ध, जवान के छाले, मसूड़ों से खून आना, मसूड़ों का फूलना या पीप इत्यादि कष्टों को दूर करता है ।

❻ **पीडा**—गेहू-क्षार और नीमादर बग़वर वजन बारीक पीस कर रखें । गरम दूध या ताजा जल के साथ चार रस्ती सेवन करने से शरीर के किसी भाग में भी पीडा हो, आगम आ जाता है ।

❼ **मलेरिया**—मलेरिया (मौममी बुखार) में एक ग्राम गेहू-क्षार पानी के साथ खिलाएँ—बुखार उतर जाएगा ।

सावधान गेहू-क्षार का निरंतर सेवन पुरुषों के पुरुषत्व तथा स्त्रियों की छातियों को कमजोर कर देता है। इसका सेवन कभी-कभी और औषधि के रूप में ही होना चाहिए।

## नमक-उपचार

शायद आपने कभी न सोचा हो कि साधारण दैनिक प्रयोग में आने वाले नमक, जिसके कम और अधिक होने पर भोजन करने में मजा ही नहीं आता, में और कितने गुण छिपे हैं कि जिन्हें यदि हर समय ध्यान में रखा जाए तो डाक्टर की कितनी फीसों से बच सकते हैं—

● आई लोशन (आँख की दवा)—अर्क सौफ बढिया आठ ग्राम में शीशा नमक छः ग्राक वारीक पीसकर अच्छी तरह मिला लें और शीशी में बंद रखें, प्रातः व साय दो-दो बूंद आँखों में डालने से सुर्खी, घुघु, जलना, आँखों से पानी बहना आदि रोगों को दूर करता है।

● कान-दर्द—साठ ग्राम लाहोरी नमक (मफेद) 250 ग्राम पानी में वारीक पीसकर मिलाए। जब बिल्कुल घुल जाए तो इसमें 120 ग्राम तिल्ली का तेल मिलाकर धीमी आँच पर पकाएँ। जब पानी जलकर केवल तेल बच रहे तो उतारकर रख दें। दो-तीन दिन में तेल ऊपर आ जाएगा। इसे निथारकर शीशी में रख लें। दो बूंद गुनगुना करके कान में टपकाएँ, तीव्र से तीव्र दर्द भी तुरन्त बंद होगा। कान बहने में भी लाभदायक है।

● पेट के कीड़े—नमक वारीक चार ग्राम प्रातः गाय की छाछ में फाक लिया जाए, तो कुछ ही दिनों में कीड़े मर जाते हैं।

● सुरमा मोतियाबिन्द—लाहोरी नमक चमकदार पन्द्रह ग्राम, कूड़ा मिश्री तीस ग्राम—दोनों को खरल में डालकर सुरमा बनाए। इसका इस्तेमाल प्रारम्भिक मोतियाबिन्द में अति लाभदायक है। इसके अतिरिक्त यह सुरमा घुघु, जाला, फूला इत्यादि के लिए भी अति गुणकारी है।

● मेदा-विकार—एक सज्जन की एक वर्षीय बच्ची काफी देर से बीमार थी। कभी दस्त हो जाते थे, कभी पेचिश और कभी कब्ज—यानि मेदे और

पेट से सम्बन्धित बीसियों रोग अपने पजे गाडे थे । हर प्रकार के इलाज, डाक्टरों तथा यूनानी, हो रहे थे परन्तु वच्ची दिनों-दिन कमजोर और निढाल हो रही थी । निदान रोगी की यह स्थिति हो गई कि उसे भूख बिल्कुल नहीं लगती थी, और यदि कभी कुछ खा भी लिया (चाहे यह कितनी हल्की खुराक हो) दन्तों के रूप में निकल जाता था । इस तरह वच्ची मरियल-सी हो गई और हड्डियाँ-हड्डियाँ दिखाई देने लगी ।

संयोगवश एक अस्मी नव्वे वर्षीय बुढ़िया से सम्पर्क हुआ । उसमें बताया कि वच्ची को मेदा विकार की शिकायत है । जब तक मेदा ठीक नहीं होगा, वच्ची स्वस्थ नहीं होगी । फैसला किया गया कि वच्ची को तीन ग्राम काला नमक एक चम्मच पानी में पकाकर दिया जाए जो कि तुरन्त दे दिया गया । यह देखकर सभी हैरान रह गए कि एक मामूली-सी चीज ने ऐसा असर किया कि दस्त आदि बन्द हो गए और हाजमा ठीक होने लगा । वच्ची धीरे-धीरे स्वस्थ होने लगी और वह अब तक पूर्ण स्वस्थ है ।

श्रीपथि मात्रा—आयुनुकूल तीन ग्राम से छह ग्राम तक—यदि वच्ची को माम दो मास पश्चात् मेदे और पेट की दोवारा शिकायत हो जाए तो दोवारा दे दें ।

पाठकों से निवेदन है कि वे एक बार काले नमक का प्रयोग करके देखें तो नहीं कि कैसे अद्भुत प्रभाव प्रकट होते हैं ।

● अमृत-चूर्ण—एक समय से ऐसे नुस्खे की आवश्यकता अनुभव की जा रही थी कि जो प्रत्येक रोग के लिए लाभदायक सिद्ध हो सके । इस समय तक अमृतधारा, सुधामिव, आवेह्यात, अर्क काफूर, चश्माए शफा इत्यादि कई श्रीपथिया ईजाद हो चुकी हैं जो अकेली ही कई रोगों में काम आती हैं । परन्तु वे सब प्रायः तेल या अर्क के रूप में ही मिलती हैं, और शीशी टूटकर श्रीपथि वेकार हो जाने का भय बना रहता है । परन्तु यहाँ एक ऐसा अद्भुत फार्मूला दिया जा रहा है जो अपने प्रभाव के कारण उपरोक्त श्रीपथियों से किसी प्रकार भी कम नहीं है और खूबी यह है कि श्रीपथि चूर्ण के रूप में तैयार होती है और साथ ही इसकी मात्रा भी केवल एक रस्ती-भर है । स्वाद में इतनी बढिया कि बार-बार खाने को मन चाहे ।



इसकी पहली खूबी यह है कि अपने अदभुत प्रभाव से मेदे को मन में साफ करके मन्दाग्नि को तेज कर देती है। खाया-पिया सब पचता है और नया खून पैदा होता है।

इसी प्रकार मितली, कै, खुट्टी डकारें, पेट का भारी रहना, जिगर की कमजोरी, तिल्ली, वायु गोला, दमा-खाँसी, नज़ला और मलेरिया के लिए उपयोगी है। इसके अतिरिक्त सिर-दर्द और दात-दर्द में तथा विषले जीव-जन्तुओं के काटने पर भी लाभदायक है—अर्थात् मिर में लेकर पाव तक के सभी रोग विभिन्न तरीकों में दूर होते हैं। गृहस्थियों को चाहिए कि यह अमृत-चूर्ण बनाकर घर में सुरक्षित रखें और आवश्यकता पड़ने पर घरेलू रोगों का उपचार इसी औषधि से करके डाक्टरों और हकीमों के भारी बिलों से बचें। नुस्खा यह है :

काना नमक तीस ग्राम, शुद्ध नीमादर पन्द्रह ग्राम, धतूरे के बीज आठ ग्राम, काली मिर्च दो ग्राम और सत पुदोना (क्रिस्टल) दो रत्ती।

सब चीजों को वारीक पीसकर मिला लें। यदि रंग बदलना हो तो पन्द्रह ग्राम हुरमची या बाजारी कुश्ता फौनाद जा प्रायः अंग्रेजी औषधि विक्रेताओं से सस्ते दामों में मिल जाता है, शामिल कर लें, बस औषधि तैयार है।

सेवन-विधि—प्रायः यह औषधि केवल जल के साथ ही सेवन की जाती है। परन्तु कई रोगों में इसे विभिन्न तरीकों से भी काम में लाया जाता है। दाँत-दर्द में और विषले कीड़े के काटने पर इसे मलना चाहिए। आगे मिर के दर्द में इसे सूँघना चाहिए, बुखार की हालत में कब्ज दूर करके अर्क अजवाइन के साथ देने से पसीना आकर बुखार उतर जाता है। इसी प्रकार अनुभवी और समझदार चिकित्सक इसे प्रत्येक रोग में उचित तरीक़ों से इस्तेमाल करवा सकता है।

● यकी आँखों के लिए—जब त्वचा में काफी तरावट नहीं रहती तो यह ढीली पड़ कर आँखों के आस-पास झुर्रियाँ पड़ जाया करती है। इसके लिए तो लम्बा इनाज है परन्तु दिन-भर काम करने के पश्चात् आँखों के गिर्द जो गढ़े पड़ जाते हैं, उनके लिए नमक का उपयोग लाभदायक है। इनकी विधि यह है कि साधारण नमक का एक चम्मच आधा गिलास बहुत गर्म

पानी में घोल लें। फिर एक बड़ी सी कपड़े की गद्दी बना लें और इसे नमकीन पानी में डुवोएँ, तनिक निचोड़ें और आँखों वन्द करके इसको ऊपर रख लें। इस गद्दी को उस समय तक रखना चाहिए जब तक कुछ ठण्डी न होने लगे। इसके पश्चात् फिर इसी प्रकार डुवोकर, निचोड़ कर, आँखों पर रखें। तत्पश्चात् कोई ठण्डी क्रीम आँखों के इर्द-गिर्द मिलें। नाँक के मिरे से जगलियाँ चलाकर हल्के-हल्के आँखों के पपोटों पर लाए और फिर वहाँ से नथने में तनिक ऊपर घुमाकर लाएं। क्रीम को अब पोछ दें। हमेशा ऊपर के पर्दे पर हल्की-सी क्रीम लगाया करें ताकि दीर्घायु में आँखों के गिर्द झुर्रियाँ न पड़ें और त्वचा में कालिमा ना आये, क्योंकि यह दोनों लक्षण बड़ी उम्रके हैं।

● विच्छू काटे का इलाज—विच्छू के डक मारने का स्थान तनिक कठिनाई से मिलता है। विशेषकर रात्रि के समय बिल्कुल पता नहीं लग सकता। और जब तक ठीक डक के स्थान पर दवाई न लगे तब तक अच्छी में अच्छी दवाई भी लाभ नहीं करती। यहाँ एक ऐसी दवाई दी जाती है जिसे केवल आँखों में डालने से एक सैकड़ में विप उतर जाता है, और मजे की बात यह कि इस पर कुछ खर्च भी नहीं होता। बनाकर मुफ्त बाँटिए, पुण्य होगा। यह नुस्खा अठारह वर्ष हुए एक माधु ने बताया था, कई बार प्रयोग किया गया, कभी विफल नहीं गया।

लाहौरी नमक पन्द्रह ग्राम और स्वच्छ जल पचहत्तर ग्राम मिलाकर रख लें, बस दवाई तैयार है। जिसे विच्छू काटे उसकी आँखों में सलाई से लगाएँ। जितना भी विप चढ़ा होगा तुरन्त उतरना शुरू होगा और कुछ मिनटों के भीतर ही डक के स्थान पर भी दर्द न रहेगा।

● मलेरिया का सफल इलाज—किमी को प्रतिदिन या चौथे दिन सर्दी लगकर बुखार हो जाए तो यही समझना चाहिए कि रोगी को मलेरिया बुखार है।

मुझे एक सुप्रसिद्ध और अनुभवी वैद्य ने बताया कि मलेरिया का इलाज एक अत्यन्त माधारण-सी बात है, इसकी दवाई इतनी सस्ती है कि गरीब-से गरीब व्यक्ति भी इससे आसानी से लाभ उठा सकता है। यह दवाई है नमक का उपयोग। पहले तो मुझे उनके इस परामर्श पर अचम्भा-सा हुआ

और उनकी बात का विश्वास भी न हुआ। परन्तु उनके नयानुसार नमक का उपयोग करने से मलेरिया के रोगियों को ठीक करने में चिन्यान्त्रे प्रतिशत सफलता मिली।

**सेवन-विधि**—प्रतिदिन इस्तेमाल में नाफ जाने वाले नाफ नमक को साफ-सुथरी लोहे की कड़ाही या तवे पर तन्द्र अच्छी भून लिया जाए, इनका पि वह भूरे रंग का हो जाए। चच्चे के लिए आधा और जमान द्यगित के लिए पूरा चम्मच यह नमक लेकर एक गिलास पानी में उबाल लेना चाहिए। जब नमक पानी में भली प्रकार घुल जाए तो रोगी को पीने योग्य यह गर्म पानी उस समय पिला देना चाहिए जबकि उसे बुगार न बढ़ा हो। इनसे नब्बे प्रतिशत रोगियों को दोबारा बुगार चढेगा ही नहीं। और यदि किसी कारण बुखार न उतरे तो नमक का यही इलाज दोबारा करें। तीसरी मात्रा की नितान्त आवश्यकता नहीं पड़ेगी। हाँ, रोगी को मर्दी से बचाने की और अधिक ध्यान देना चाहिए।

यूरोप के डाक्टर श्रोक का कहना है कि जब मैं हगरी और दक्षिणी अमरीका के प्रान्तों में घूमता था तब मलेरिया बुगार दूर करने के लिए नमक का यह नुस्खा बड़ी सफलतापूर्वक उपयोग किया करता था।

इस दवाई का वान्तविक लाभ भूखे पेट सेवन करने में ही होता है, इस लिए इसका हमेशा खाली पेट ही सेवन करना चाहिए। पिछले अठारह वर्षों में सैकड़ों रोगियों पर इस नमक का प्रयोग मैं कर चुका हूँ। जिन लोगों ने नियमानुसार इस दवाई का सेवन किया और उचित पन्हेंज रखा उनमें से शायद ही कोई रोगी निराश हुआ हो। इस साधारण विधि से हजारों रोगियों को स्वस्थ लाभ हुआ है।

● **वेमिसाल सुरमा**—लाहीरी नमक के चमकदार और साफ टुकड़े लेकर खूब बारीक पीस लें, यही वेमिसाल सुरमा है। आँखों में कुचकने हो, पानी बहता हो, फूला हो (परन्तु फूला चेचक का न हो) इस सुरमे का उपयोग कीजिए, सारे कष्ट भाग जाएँगे।

● **दर्द और जलन**—विच्छू, विपैली मक्खी और भिड़ इत्यादि के छक पर जरा-मा पानी लगाकर बारीक पिसा हुआ नमक रगड़ने से दर्द और जलन बंद हो जाती है और सूजन नहीं होती।

● **सिर-दर्द**—जिम व्यक्ति के सिर में दर्द हो उसे एक चुटकी नमक खाना पर लेना चाहिए और दस मिनट पश्चात् एक गिलास ठण्डा पानी पीना चाहिए, सिर दर्द दूर हो जाएगा ।

● **नजला-जुकाम**—सफेद नमक शहद में घोव कर और कपड़े में लपेट कर तथा ऊपर मिट्टी लगाकर आग पर रखें । मिट्टी सुख हो जाए तो नमक को अन्दर से निकाल कर पीस लें । एक ग्राम रोजाना प्रातः या भोजन के पश्चात् पानी से सेवन करना जुकाम-नजला, वायु और जोड़ों के दर्द के लिए लाभदायक है ।

● **बद मासिक धर्म**—वच्चा होने के पश्चात् ठण्डी हवा या डण्डे पानी के झन्नेमान से गद्दे खून का बाहर निकलना बन्द हो जाता है इससे पेट में तीव्र पीड़ा और अपारा हो जाता है तथा योनि के ऊपर एक गाँठ-सी पैदा होती है, मूत्र बिल्कुल रुक जाता है या थोड़ा-थोड़ा आता है । कई बार गन्दे खून के रुक जाने से टांगों में तीव्र पीड़ा होती है । ऐसी अवस्था में डेढ़-डेढ़ ग्राम नमक गर्म पानी के साथ दिन में तीन बार खिलाएँ, इससे गन्दा खून दोबारा जारी होकर निकल जाता है ।

## नमक और चीनी उपचार

● **सँधा नमक** एक भाग, देशी चीनी चार भाग—दोनों बारीक पिसे हुए तीन-तीन ग्राम प्रातः, दोपहर और रात गर्म पानी के साथ सेवन करें—मलेरिया या मौनमी बुखार पसीना आकर उतर जाता है और फिर नहीं चढ़ता ।

● **गर्म दूध** के साथ प्रातः व सायं तीन-तीन ग्राम खिलाएँ । नजले और जुकाम को आराम देता है ।

● **खाना खाने** से दस मिनट पहले या दस मिनट पश्चात् ताजा पानी के साथ गर्मियों के मौसम में, और गर्म पानी के साथ तीन ग्राम सर्दियों में सेवन करना बदहजमी और भूख की कमी को दूर करता है ।

● मौ-सौ ग्राम गर्म पानी में तीन-तीन ग्राम मिनाकर दिन में चार बार चार-चार घण्टे के पश्चात् मिलाना दमे में हितकर है ।

● पाच-पाँच ग्राम प्रातः, दोपहर और माय गर्म पानी के साथ मिलाना वायुगोला को दूर करता है । इसी प्रकार मेवन करने से अफारा और पेट का गडगडाना भी दूर हो जाता है ।

● गर्म दूध या ताजा पानी के साथ प्रातः व माय तीन-तीन ग्राम खिलाने से पसीने का अधिक आना दूर हो जाता है ।

● बकरी के गर्म दूध के साथ चार-चार घण्टे के पश्चात् चार-चार ग्राम खिलाना आरम्भिक तपेदिक में लाभदायक है ।

## मिर्च-उपचार

कोई वस्तु हो, दोष के साथ उसमें गुण भी होते हैं । एक अच्छी कही जाने वाली वस्तु भी अनुचित ढग में उपयोग की जाने पर हानिकारक तथा बुरी मानी जाने वाली वस्तु उचित ढग से उपयोग करने पर लाभदायक सिद्ध होती है । मिर्च पर भी यही चरितार्थ होता है ।

कोई रोग और कष्ट हो, इसका परहेज बतलाते समय मुख मिर्च का नाम सर्वप्रथम लिया जाता है । परन्तु इतनी बढनाम होने पर भी मिर्च खाने का प्रचार दिनो-दिन बढ रहा है । भारत के कई भाग तो ऐसे हैं कि वहाँ के लोग बिना मिर्च के अपना जीवन ही कष्टदायक समझते हैं । यदि कोई ऐसा व्यक्ति, जो मिर्च खाने का आदी न हो, दक्षिण भारत की ओर चला जाए तो मिर्चों के कारण उसकी जान पर आ बसती है । राजपूताना, मारवाड़ और उत्तर प्रदेश में भी मिर्च का भरसक उपयोग होता है ।

नक्षेप में मिर्च के निम्नलिखित उपयोग भी किए जा सकते हैं —

● एक अनोखी औषधि—बीज निकाली हुई मुख मिर्च का चूर्ण पन्द्रह-ग्राम, रेक्टिफाइड स्पिरिट 450 ग्राम, दोनों को मिलाकर शीशी में मजबूती से कार्क लगाकर रखें । प्रतिदिन शीशी को हिला दिया करें । पन्द्रह दिन के

पश्चात् स्पिरिट को छान कर रख दें, मैला फेंक दे—वस रामबाण दवा तैयार हो गई । इसका गुणधर्म निम्नलिखित है —

(1) हेजे के रोगी को दम-दम वूंद एक-एक चम्मच पानी में मिलाकर जब तक आराम न आए, तब तक आध-आध घंटे पश्चात् पिलाए । 99 प्रतिशत रामबाण है ।

(2) जिन लोगों को आवश्यकता से अधिक नींद आती हो, उनको पाँच-पाँच वूंद प्रातः व माय पानी में पिलाएँ ।

(3) बलगमी खाँसी में रोगी को कुनकने जल में पाँच-पाँच वूंद मिलाकर दिन में तीन बार पिलाए, अमृत से कम नहीं ।

(4) बढहजमी और भूख की कमी में पाँच-पाँच वूंद दोनों समय भोजन के पहले थोड़े पानी में मिलाकर पिलाएँ ।

(5) पचहत्तर ग्राम गर्म जल में दम वूंद मिलाकर पिलाने से अफारा दूर हो जाता है ।

(6) मिर्गी, हिस्टोरिया और पागलपन के दौरों में तथा बेहोशी में इमकी कुछ वूंदें नाक कान में टपकाने से तुरन्त होश आ जाता है । यह दवाई जोरदार परन्तु हानिहीन है । जब तमाम दवाइयाँ बेकार सिद्ध हो तो इस “तुच्छ” सुख मिर्च को अवसर दीजिए ।

(7) हृदय की घडकन धीमी पड गई हो, नाडी कमजोर हो, हाथ-पाँव ठण्डे हो रहे हों—ऐसी अवस्था में, कारण चाहे हँजा हो या कोई और रोग, पन्द्रह वूंद, चालीस ग्राम बढिया शराब में मिलाकर पिलाएँ ।

● कान-दर्द—तेल तिल पचास ग्राम लोहे की कलछी में डालकर आँच पर रखें, जब तेल पकने लगे तो इसमें एक सुख मिर्च डाल दें और इमके काला-सा हो जाने पर छान कर शीशी में रख लें । आवश्यकता के समय इस तेल को गर्म करके कुछ वूंदें कान में डालें, दर्द तुरन्त बन्द हो जाएगा ।

● दत-पीडा—यदि दाढ़ में बहुत दर्द हो रहा हो और किसी इलाज ने बन्द न होता हो तो एक खूब पकी हुई लाल मीर्च लेकर उसके ऊपर का डठन और अन्दर के बीज निकाल कर अलग करें और बाकी का भाग पानी के साथ

पीस कर कपड़े में दबाकर रस निकाल लें। इस रस को जिस ओर की दाढ़ दुखती हो उस ओर के कान में दो-तीन बूंद टपका देने से दाढ़ का दर्द तुरन्त दूर हो जाता है। मिर्च का रस कान में डालने से थोड़ी देर तक जलन होती है। यदि यह जलन पसन्द न हो तो थोड़ी-सी शक्कर पानी में डालकर इसकी दो-तीन बून्द कान में टपकाने से जलन मिट जाती है।

● **आधे सिर का दर्द**—सात सुखे मिर्च लेकर उबलते हुए 150 ग्राम घी में डालकर जलाएँ। माथे और कनपड़ियों पर इस तेल की मालिश करें। आधे सिर के दर्द के लिए रामबाण है—कान में दर्द हो, इस तेल की एक बूंद डालने से दर्द भाग जाता है।

● **बुखार**—सुखे मिर्च और कुनीन बराबर वजन पानी में खरल करें और चने के बराबर गोलियाँ बना लें। ज्वर आने से एक घंटा पहले एक-दो गोली पानी के साथ सेवन कराने से बुखार नहीं होता। यदि आवश्यकता पड़े तो दूसरी बार इसी प्रकार दें।

● **दस्त-मरोड**—लाल मिर्च, हींग और कपूर बराबर वजन पीस कर एक-एक रत्ती की गोलियाँ बना कर सुखा लें। दस्त-मरोड की हालत में एक से तीन गोली तक प्रतिदिन खाने से आराम आ जाएगा।

● **विषैला डक**—पानी के साथ सुखे मिर्च पीस कर बिच्छू के काटे स्थान पर लगाने से विष दूर हो जाता है। बावले कुत्ते के काटे स्थान पर लेप करने से आराम आ जाता है।

● **हैजा**—हैजे के रोग में भी सुखे मिर्च आश्चर्यजनक प्रभाव दिखाती है। लाल मिर्च के बीज निकाल कर इससे छिलको को खूब चागीक पीस कर कपड़ों में भर दें। इस चूर्ण को मधु (शहद) के साथ घोट कर दो-दो रत्ती की गोलियाँ बना कर छाँव में सुखाएँ। हैजे के रोगी को बिना किसी अनुपान के एक गोली वैसे ही निगलवा देनी चाहिए। जिस रोगी का शरीर ठण्डा पड़ गया हो, नाड़ी डूबती जा रही हो, ठण्डा पसीना चल रहा हो, इससे शरीर में दस मिनट में ठण्डा पसीना बन्द होकर गर्मी पैदा होने लगती है और नाड़ी अपनी साधारण गति पर आ जाती है।

● हैजे की गोली—शुद्ध अफीम आधा ग्रैन, बीज सहित सुखे मिर्च एक ग्रैन और हींग दो ग्रैन गोद कीकर के घोल की सहायता में इन सब की एक गोली बना लें। हैजे के रोगी को उस समय सेवन कराएँ जब कुछ दस्त हो चुके हों। थोड़े-थोड़े समय पश्चात् दो-तीन बार ऐसी ही मात्रा देते रहें, परन्तु दिन-भर में रोगी को और कुछ न खिलाया जाए।

यह नुस्खा शत-प्रतिशत लाभदायक है। हैजे की अंतिम अवस्था के एक रोगी को, जो कि डॉक्टरों इलाज में निराश हो चुका था, इसकी पहली खुराक ने ही स्वस्थ कर दिया था। ऐसे ही अनेक अवसरों पर यह औषधि रामदाण सिद्ध हुई है।

● बिल्कुल आसान नुस्खा—एक बोनल पानी में अनबुझा चूना मिला-खुब हिला दें और फिर रख दें। जब चूना नीचे बैठ जाए तो पानी को निसार कर दूसरी बोतल में डाल लें, साथ ही पाँच तोले बारीक सुखे मिर्च (बीज रहित) डाल दें। चौबीस घंटे के बाद फिल्टर कागज द्वारा अच्छी तरह छान कर रखें। हैजे के रोगी को एक-एक चम्मच यह दवाई अर्क पोदीना में मिलाकर आधे-आधे घंटे के पश्चात् सेवन कराए।

## काली मिर्च का जादू

● पेट के रोग—तीन सौ ग्राम काली मिर्च चीनी के वर्तन में डालें और इसमें लाहौरी नमक पचहत्तर ग्राम बारीक पीस कर डालें। फिर पचहत्तर ग्राम तेजाब गंधक और तीन सौ ग्राम नीबू का रस डाल कर चीनी के दूसरे प्याले से ढक दें। जब सारा पानी मिर्चों के अन्दर ही सूख जाए और मिर्चें बिल्कुल खुश्क हो जाएँ तो शीशी में सम्भाल कर रख लें।

सेवन-विधि—भोजन के पश्चात् पाँच से सात मिर्च खाएँ। यह खाई हुई खुराक को खूब हजम कर देती है, और खाने में भी बहुत स्वादु होती है।

लाभ—पेट-दर्द, सूख, भूख न लगना इत्यादि शिकायतों में अत्यन्त लाभदायक है।



● वादी नाशक—आक के ताजा फूल 150 ग्राम, काली मिर्च पचहत्तर ग्राम, काला नमक पचहत्तर ग्राम—तीनों चीजें बारीक पीसकर जगली बेर के बराबर गोलियाँ बना लें ।

लाभ—हर प्रकार की कब्ज, पेट-दर्द वायुगोत्रा, वायुशूल, बद्धजमी तथा पेट के दूसरे विकारों के लिए रामबाण औषधि है । एक से चार गोली तक ताजा पानी के साथ दें । जिन लोगों को कब्ज और वादी की पुगनी शिकायत हो, उनको भोजन के पश्चात् एक-एक गोली कुछ समय तक देना अत्यन्त लाभदायक है ।

हैजा—काली मिर्च तीस ग्राम, हींग पन्द्रह ग्राम, कपूर पन्द्रह ग्राम, अफीम सब कूट कर दो सौ-ग्राम आक के फूल में जगल करें और जगली बेर के बराबर गोलियाँ बना लें ।

सेवन-विधि—एक या दो गोली अर्क पोदीना के साथ दे ।

## हल्दी उपचार

● मूत्र की अधिकता—यदि किसी व्यक्ति को बार-बार और अधिक मात्रा में मूत्र आए तथा प्यास अधिक लगे तो इस रोग को बँध लोग मधुमेह कहते हैं । इस रोग को दूर करने के लिए हल्दी एक विशेष चीज है ।

हल्दी बारीक पीसकर रखें । आठ-आठ ग्राम दिन में दो बार पानी के साथ दें । इस साधारण-सी औषधि से पेशाब और घातक रोगों का इलाज सफलतापूर्वक किया जा सकता है ।

नोट—मधुमेह के रोगी को चीनी से परहेज करना चाहिए, ऐसे रोगी के लिए यह विष के समान है ।

● कमजोर नजर—नजर को कमजोरी के लिए निम्नलिखित नुस्खा अत्यंत गुणकारी है । स्वस्थ व्यक्ति इसे सर्वदा उपयोग करना रहे तो आयु-भर नजर ठीक रहेगी ।

हल्दी डेला (गाँठ) तीस ग्राम और कलमी शोरा आठ ग्राम । दोनों मैदे की तरह बारीक पीस लें और शीशी में मजबूत कार्क लगाकर रखें । प्रातः

व साय तीन-तीन सलाई डालना धुन्व और नजर की कमजोरी के लिए जादू जैसा प्रभाव रखता है। आजमा कर देखिये।

हल्दी को खूब वारीक पीसकर शीशी में मावधानीपूर्वक रखें। रात्रि नमय तीन-तीन सलाईयाँ डालने से नजर की कमजोरी दूर होगी।

आँख का घाव—यदि किसी कारणवश आँख में घाव हो गया हो तो उसके लिए हल्दी के ढेले को पानी की कुछ बूँदे डालकर पत्थर पर घिसें और सलाई में आँख में लगाएँ। कुछ वार लगाने से घाव ठीक हो जायेगा।

● वेमिसाल टिकचर—सवा सौ ग्राम हल्दी को पाच सौ ग्राम मैथिलेटिड स्पिगिट में मिलाकर शीशी में ढालें और कार्क लगाकर धूप में रख दें। दिन में दो-तीन वार जोर से हिला दिया करें। तीन दिन पश्चात् छानकर फिर शीशी में रख लें—यही हल्दी का वेमिसाल टिकचर है।

सेवन-विधि—दिन में दो-तीन वार सफेद दागों पर लगाएँ, सफेद दागों के लिए अत्यन्त हितकर है।

● अद्भुत तेल—पचास ग्राम हल्दी को मोटा-मोटा कूटकर सौ ग्राम पानी में उबालें। फिर पीन-छानकर केवल पानी ले लीजिए। इस पानी के बराबर भीठा तेल मिलाकर घीमी आच पर चढ़ाइये। जब पानी जलकर केवल तेल बच रहे तो उतारकर ठण्डा करके शीशी में भर लें।

सेवन विधि—इस तेल को जरा-सा गर्म करके दो-तीन बूद कान में प्रात व साय डालें। दस-बारह दिन के उपयोग से घाव ठीक होकर पीप का आना बन्द हो जाएगा। यही तेल अन्य घावों पर लगाते रहने से भी घाव अच्छे हो जाते हैं।

● समीरा हल्दी—यदि हल्दी को निम्नलिखित ढंग से तैयार कर लिया जाए तो इसमें वे सभी गुण पैदा हो जाते हैं जो समीरे में होते हैं।

एक गाठ हल्दी लेकर कलईदार वर्तन में डालें। फिर इस पर एक नीवू निचोड़ें। अब इसे कोयलो की आच पर रखकर पकाए। जब पानी सूख जाए तो दूसरा नीवू निचोड़े और इसे भी सुखा दें। इस प्रकार सात नीवू का रस सुखा दें। वस अब यह हल्दी की गाठ समीरे के गुणों से युक्त हो गई है।

इसे वारीक पीसकर बराबर वजन कागस मुरमा मिलाकर बूब नगट में, मुरमा तैयार है ।

रात्रि समय दो-तीन मलाई डालने । कुछ ही दिनों में घुघ, जाला तथा रात्रि समय दिखाई न देना आदि रोगों में आगम होगा ।

● सुजाक तोड़—हल्दी की गाठ पाँच ग्राम लेकर ढाई-सी ग्राम बकरी के कच्चे दूध में घिमें और तुरन्त सूजाक के रोगी को पिला दें । इस प्रकार प्रतिदिन प्रातः पिलाने से कुछ दिनों में सूजाक की जड़ें कट जाएंगी । यह एक हकीम का अत्यन्त गुप्त नुस्खा है ।

निगेन्द्रिय में घाव (सूजाक) हो तो आठ-आठ ग्राम बागीक पिनी हुई हल्दी बकरी के दूध की छाछ या पानी के साथ प्रातः व माय सेवन करवाएँ । रोग की तेजी में दोपहर समय भी दें ।

हल्दी और आवलो का काढ़ा भी अत्यन्त हितकर है । इस काढ़े में मूत्र की जलन दूर होकर मूत्र साफ आने लगता है और पेट भी साफ हो जाता है ।

● मुँह के छाले—हल्दी पन्द्रह ग्राम कूटकर एक किलो पानी में डवाएँ, ठण्डा होने पर प्रातः व माय गरारे करें । इससे गले, तालु और जिह्वा के छाले दूर हो जाते हैं ।

● कठमाला—बागीक पिसी हल्दी आठ ग्राम प्रातः पानी के साथ सेवन करवाएँ । इसके अतिरिक्त हल्दी की गाठ को पत्थर पर कुछ बूँदें पानी डालकर घिसें । जब गाढ़ा-सा लेप तैयार हो जाए तो ऊपर लेप कर दें । कुछ दिनों के निरन्तर उपयोग में रोग दूर हो जाएगा ।

● पेट में हवा भर जाना—जिस व्यक्ति के पेट में हवा भर गई हो और इस कारण पेट में अफारा हो रहा हो, उसकी तकलीफ का अनुमान कोई भुगतभोगी ही कर सकता है । ऐसे अवसर पर पिसी हुई हल्दी दस रत्ती और नमक दस रत्ती मिलाकर गर्म पानी से सेवन करवाएँ । इससे हवा खारिज होकर पेट डल्का हो जाता है । कई दिन तक उपयोग करने से हाजमे की कमजोरी भी दूर हो जाती है ।

● **आंख की लाली**—चोट लगने से या किसी और कारणवश आंख लाल हो जाए तो हल्दी स्वच्छ पत्थर पर घिमकर सलाई से लगाए । दो-तीन दिन में लाली माफ हो जाती है ।

● **चबल**—दो-तीन बार दिन में और रात्रि को सोते समय हल्दी के गाढ़े लेप से वर्षों पुराना चबल दूर हो जाता है ।

● **फुलवहरी**—कोढ़, फुलवहरी, कठमाला की शिकायत हो तो आठ-आठ ग्राम हल्दी का चूर्ण प्रातः व साय पानी के साथ खाए और दिन में दो-तीन बार लेप भी करें ।

● **विषला डक**—पागल कुत्ते के काटने पर पचास-साठ ग्राम हल्दी पानी के साथ सेवन कराने से तथा काटे स्थान पर हल्दी का लेप करने से लाभ होता है । विच्छू, भिड़ तथा मक्खी इत्यादि के डक पर भी हल्दी का लेप करना अत्यन्त हितकर है ।

● **बवासीर**—पांच-पाच ग्राम हल्दी का चूर्ण दोनो समय बकरी के दूध की छाछ के साथ सेवन करना बवासीर का उत्तम इलाज है ।

● **बलगमी दमा**—चार-चार ग्राम हल्दी का चूर्ण दिन में तीन बार सेवन करने से बलगमी दमा दूर हो जाता है ।

● **जुकाम**—नज़ला-जुकाम, कफ आदि रोगों में हल्दी अत्यन्त हितकर सिद्ध हुई है । प्रयोग से यह प्रमाणित हुआ है कि कफ से रुके हुए गले में और बहते हुए जुकाम में हल्दी के उपयोग में खुशकी पैदा हो जाती है, जिसके परिणामस्वरूप कफ का बढ़ना रुक जाता है ।

पाच-पाच ग्राम हल्दी का चूर्ण प्रातः व साय गर्म पानी से सेवन किया जाए ।

● **गले के घाव**—गले और तालु में घाव हो तो एक किलो पानी में सत्तर ग्राम वारीक पिसी हुई हल्दी मिलाकर उबालें । जब चौथाई पानी बाकी रह जाए तब छानकर इससे गरारे करें । यह इलाज प्रातः व साय दोनो समय करें ।

## धनिया-उपचार

● मूत्राशय की जलन—खुशक धनिये की गिरी और कूजा मिश्री दोनों तीन-तीन सौ ग्राम ।

वनाने की विधि—खुशक धनिया लेकर मोटा-मोटा कूट कर इसका छिलका अलग करें और बीजों के अन्दर की गिरी ले लें—इस नुस्खे में यही गिरी तीन-सौ ग्राम चाहिए । साधारणतः साढ़े-चार सौ ग्राम धनिया में तीन-सौ ग्राम गिरी निकल आती है । यदि कूजा मिश्री न मिले तो उसके स्थान पर तबी की मिश्री, देशी चीनी या दानेदार चीनी नुस्खे में शामिल कर लें, इससे दवा के प्रभाव में कोई अन्तर नहीं पड़ेगा ।

दोनों वस्तुओं को अलग-अलग पीस कर आपस में मिला लें ।

लाभ—यह औषधि मूत्राशय की उत्तेजना को दूर करने के लिए एक अद्वितीय चिकित्सा है । इसके प्रयोग से पोटोसी ब्रोमाइड की तरह दिल और दिमाग कमजोर नहीं होते बल्कि इन्हे बल मिलता है । नजर की कमजोरी, धु धलाहट, सिर-दर्द, चक्कर, नींद न आना आदि रोगों में, जो यौन-अव्यवस्थाओं या प्रमेह व स्वप्नदोष के परिणामस्वरूप प्रकट होते हैं, में यह औषधि अत्यन्त हितकर है ।

स्वप्न-दोष के लिए यह औषधि इतनी हितकर है कि प्रायः सख्त से सख्त स्वप्न-दोष, यहाँ तक की प्रतिदिन दो-चार बार होने वाला स्वप्न-दोष भी इसकी पहले ही दिन की दो खुराको से रुक जाता है । प्रमेह के लिए भी यह इतनी गुणकारी है कि इसके पश्चात् दी जाने वाली औषधि के लिए इस कष्ट में अधिक तथा तुरन्त सफल होने की संभावना रहती है । यह औषधि हाज़मा तेज करने का भी गुण रखती है ।

सेवन-विधि—प्रातः बिना कुछ खाए-पीये रात के वासी पानी से आठ ग्राम फाक लें और तत्पश्चात् एक घंटे तक और कुछ न खाए । इसी प्रकार आठ ग्राम साथ चार बजे के लगभग प्रातः के रखे हुए पानी के साथ फाक लें, रात का भोजन इसके दो घंटे पश्चात् करें ।

**नोट—**शौच यदि अधिक पतले दस्त के रूप में होता हो तो दूसरी मात्रा सायं चार बजे लेने के बजाय रात्रि समय सोने से आधा घंटा पहले लें, परन्तु यदि कब्ज की शिकायत अधिक रहती हो तो दूसरी मात्रा सायं चार बजे ही लें और रात्रि को सोते समय ईस्पगोल की भूसी (ईस्पगोल का छिलका) चार-पांच ग्राम लेकर दस-पन्द्रह ग्राम तक ताजा पानी से फाकिए, बिना किसी कण्ट के साफ शौच होगा ।

ईस्पगोल का उपयोग पहली रात्रि को थोड़ी मात्रा में करें यदि इससे लाभ न हो तो दूसरी रात्रि को इसकी मात्रा बढ़ा लें, यहां तक कि प्रातः साफ शौच होने लगे (चार-पांच ग्राम से लेकर पन्द्रह ग्राम तक का यही अर्थ है) ईस्पगोल में एक गुण यह भी है कि यह हानि रहित और कब्ज-नाशक होने के अतिरिक्त पतले वीर्य को गाढ़ा करने, स्वप्नदोष और मूत्राशय की उत्तेजना को दूर करने के लिये उपरोक्त औषधि की विशेष सहायता करता है ।

**दूसरा योग—**भूमली मफेद और मिश्री पचास-पचास ग्राम मिला कर चूर्ण बना लें ।

**सेवन-विधि—**चार से छ ग्राम जरूरत के मुताबिक उपयोग करें, इससे वीर्य की उत्तेजना दूर हो जाती है, मूत्राशय की उत्तेजना ठीक हो जाती है और स्वप्नदोष को निश्चय ही लाभ होता है । यह औषधि बलदायक है और अधिक वीर्य उत्पन्न करती है ।

● **सिरदद—**वनिया (खुश्क दाना) आठ ग्राम, खुश्क आंवले (गुठली रहित) चार ग्राम—दोनों को रात्रि समय मिट्टी के कूड़े में चौथाई किलो पानी डाल कर भिगो दें, प्रातः मलकर और मिश्री मिलाकर पिलाएँ, गर्मी के कारण सिर-दर्द में लाभदायक है ।

● **कमजोर दिमाग—**सवा-सौ ग्राम वनिया कूटकर आधा किलो पानी में उवालें, जब पानी जलकर केवल सवा-सौ ग्राम रह जाए तो छान कर सवा-सौ ग्राम मिश्री मिलाकर फिर पकाएँ । जब पक कर गाढ़ा हो जाए तो उतार लें । यह भीठी औषधि प्रतिदिन आठ ग्राम चाटनी चाहिए । गर्मी और दिमाग की कमजोरी के कारण अकस्मात् आखों के सामने अंधेरा-सा छा जाता हो तो इसका यह अत्यन्त ही सरल इलाज है ।

● गज—सिर का गज एक ऐसा रोग है जिससे व्यक्ति केशघन से वंचित हो जाता है। ताजा धनिये का रस निकाल कर प्रतिदिन सिर पर लगाने से कुछ दिनों में गज दूर हो जाता है।

● आँख-दर्द—यदि आँखें गर्मी के कारण दुखती हो (जिसकी पहचान यह है कि एक तो वे ग्रीष्म ऋतु में दुखेंगी, दूसरे आँखों से पानी नहीं निकलेगा चल्कि खुश्क अवस्था में ही दुखती हैं, तीसरे आँखों को गर्मी-सी अनुभव होगी या रोगी को जलती-सी अनुभव होगी) तो ताजा धनिया पन्द्रह ग्राम और कपूर एक ग्राम बारीक पीस कर मलमल के स्वच्छ कपड़े में पोटली बांध कर आँखों पर इस प्रकार फिरा दें कि पानी की वूँदें आँख के अन्दर भी चली जाएँ, तुरन्त चैन पड़ जाएगा।

● नकसीर—नकसीर का खून बन्द करने के लिए ताजा धनिया का रस रोगी को सुधाए। इसके अतिरिक्त हरे पत्ते पीस कर माथे पर लेप करें। गर्मी के कारण नाक से बहने वाला खून रुक जाता है।

● खुश्क खासी—धनिया (खुश्क दाना) कूट कर उसके चावल अलग कर लीजिए, इन चावलों को पीस कर आटा-सा बनाए। गर्मी के कारण हुई खुश्क खासी में दो ग्राम यह चूर्ण आठ ग्राम मधु में मिला कर चटाए, खासी बिल्कुल दूर हो जाएगी।

● भूख न लगना—यदि भूख बहुत कम लगती हो तो ताजा धनिया का रस निकाल कर तीस ग्राम प्रतिदिन पिलाएं। तीन दिन में भूख चमक उठेगी।

● कै—कै यदि किसी प्रकार भी बंद होने में न आ रही हो तो ताजा धनिया का रस थोड़े-थोड़े समय पश्चात् एक-एक घूट पिलाना चाहिए, कै तुरन्त बन्द हो जाती है।

● दस्त—दस्त आ रहे हो तो धनिया (दाना) बारीक पीस लें और छाछ या पानी के साथ आठ-आठ ग्राम दिन में तीन बार सेवन करें, चाहे कितने ही दस्त आ रहे हो बन्द हो जाते हैं।

यदि दस्तों में खून आता हो तो पन्द्रह ग्राम धनिया पानी में ठण्डाई के रूप में घोट-छानकर और मिश्री मिला कर पिलाए, एक दिन में भरसक लाभ होगा।

● **बदहजमी**—जिस व्यक्ति के भेदे में आहार बहुत कम ठहरता हो अर्थात् जल्दी ही शौच के रूप में निकल जाता हो, उसके लिए निम्नलिखित नुस्खा तैयार कीजिए :—

● **घनिया साठ ग्राम, काली मिर्च पच्चीस ग्राम, नमक पच्चीस ग्राम**—बारीक पीस कर चूर्ण बनाए । मात्रा केवल तीन ग्राम भोजन के पश्चात् ।

● **हृदय-रोग**—हृदय घडकता हो तो घनिया साठ ग्राम कूट-छान कर मिश्री साठ ग्राम मिला लें और प्रतिदिन सात ग्राम यह चूर्ण ठण्डे जल से सेवन करें ।

या .

पन्द्रह ग्राम घनिया कूट कर रात्रि समय मिट्टी के कोरे कूड़े में आधा किलो पानी डालकर भिगो दें । प्रातः छान कर बराबर मात्रा मिश्री मिला कर पी लें ।

● **मूत्र की जलन**—यदि मूत्र जल कर आता हो तो घनिया आठ ग्राम पानी में घोल कर छान लें । इसमें मिश्री तथा बकरी का दूध मिला कर पेट भर कर पिला दें । दिन में दो बार देना चाहिए । दो-तीन दिन में मूत्र की जलन दूर हो जाएगी ।

● **मासिक-धर्म की अधिकता**—कई महिलाओं को मासिक धर्म बहुत अधिक मात्रा में आने लगता है जिसके कारण कमजोरी अत्यधिक बढ़ जाती है । ऐसी हालत में आठ ग्राम घनिया आधा किलो पानी में उवाले । जब आधा पानी जल जाए तो उतार कर मिश्री मिला कर गुनगुना ही पिलाए । तीन-चार मात्रा से आराम आ जाता है ।

● **गर्भिणी की कैं**—गर्भकाल में स्त्री को प्रायः प्रातः समय कै हुआ करती है जिसके कारण स्त्री बहुत कष्ट पाती है । इसका सरल इलाज यह है कि चावलों के पानी में आठ ग्राम-खुशक घनिया कूट-छान कर और मिश्री मिलाकर पिलाए ।

● **नीद न आना**—नीद न आने पर तीस ग्राम भुना घनिया, तीस ग्राम भुनी खशखाश, तीस ग्राम काहू, तीस ग्राम बादाम की गिरी, पन्द्रह ग्राम कद्दू



की गिरी, पन्द्रह ग्राम सदलबुरादा (सफेद) और तवाणी वारह ग्राम—मक्का चूर्ण बनाए। आठ ग्राम प्रति मात्रा दिन में तीन बार दूध या गमगस के शर्बत या पानी के साथ उपयोग करें।

● खूनी बवासीर—यदि बवासीर का खून काले रंग का हो तो इसे बन्द करने का प्रयत्न न करें परन्तु जब सुर्ग गून निकलता हो और उसके कारण रोगी दिनोदिन कमजोर हो तो उस समय गून बन्द करने का इलाज करना चाहिए, एक नुस्खा यह है आठ ग्राम चूर्ण धनिया पानी में घोट-छान कर तथा पचास ग्राम मिश्री और सवा-सौ ग्राम बकरी का दूध मिला कर तथा बार-बार फेंट कर (ऊपर-नीचे करके) पिला दें इसमें बवासीर का गून बन्द हो जाता है। मूत्र जलन के साथ आता हो तो उसके लिए भी यही नुस्खा काम में लाइये।

● प्यास की तेजी—खुशक धनिया तीस ग्राम कूट कर मिट्टी के कोरे कूचे में डालकर आधा किलो पानी में रात-भर भिगो रगें। प्रातः मलमल के कपड़े में छान कर और मिश्री मिला कर पिलाए—प्यास बन्द होगी, गर्मी के कारण हो या किसी दूसरे कारण से।

● सूजन—शरीर के किसी भाग में सूजन हो गई हो और उसमें से सेंक-सा अनुभव होता तो इस पर सिकें में धनिया पीस कर लेप करने से सूजन उतर जायगी।

## दारचीनी उपचार

● कमजोर दिमाग—दारचीनी तीस ग्राम, बच पन्द्रह ग्राम, काबुली हरड पन्द्रह ग्राम, मिश्री तीस ग्राम—चारों चीजें कूट-पीस कर चूर्ण बना लें।

● सेवन-विधि—एक से चार ग्राम तक प्रातः व साय पानी के साथ सेवन करें दिमाग को अत्यन्त गुणकारी है।

● क्षय—दारचीनी आठ ग्राम, इलायची दाने (छोटी) पन्द्रह ग्राम, पिपली तीस ग्राम, तवाशीर साठ ग्राम और कूजा मिश्री एक सौ ग्राम वारीक पीस कर चूर्ण बना लें।

शर्वत नीलोफर या सादे पानी के साथ एक ग्राम दिन में दो-तीन बार उपयोग करें, वदहजमी और क्षय के लिए यह एक सुप्रसिद्ध आयुर्वेदिक चुस्का है ।

● दस्त और मरोड़ा—दारचीनी दो रत्ती और कत्था दो रत्ती दस्तों को बन्द करने के लिए दिन में तीन-चार बार दें ।

● वीर्य पोष्टक चूर्ण—दारचीनी खूब बारीक पीस कर रख लें । दो-दो ग्राम प्रातः व सायं थोड़े-थोड़े गर्म दूध के साथ फाक लें । वीर्य पोष्टक और दूध हजम करने के लिए उत्तम तथा सस्ता नुस्खा है ।

● इंप्लूएजा—दारचीनी तीस रत्ती, लींग पांच रत्ती, सोठ पन्द्रह रत्ती और पानी एक किलो । पन्द्रह मिनट उबाल कर छान लें और मधु (शहद) से मीठा करके तीन-तीन घंटे पश्चात् साठ-माठ ग्राम दें ।

## अदरक-उपचार

अदरक प्रायः दान, नाग-मन्जी और चटनी में इस्तेमाल होता है । नूख जाने पर यह सोठ कहलाता है । अनेक रोगों में इसका उपयोग निम्नलिखित ढंग से किया जाता है .

● खांसी-दमा—माठ ग्राम अदरक के रस में साठ ग्राम मधु मिलाकर तनिक गर्म करके पी लें । सात दिन में आराम होगा ।

● भूख न लगना—भूख ठीक तरह न लगती हो, पेट में वायु भर जाती हो, कब्ज रहती हो—अदरक को काट कर बहुत बारीक टुकड़े कीजिये और नमक छिड़क कर एक दो ग्राम खाए । भूख अच्छी तरह लगेगी, वायु का निकाम होगा और कब्ज खुलेगी ।

● पाचनवर्द्धक चूर्ण—पाचन विकार ठीक करता है, मदाग्नि बढ़ता है, वायु पीडा और खट्टी डकारों में लाभदायक है । सोठ और अजवायन आवश्यकतानुसार नीबू के इतने रस में डालें कि दोनों चीजें तर हो जाए । इसे छान में खुशक करके पीस लें और थोड़ा-मा नमक मिलाकर सुरक्षित रखें । दोनों समय चार रत्ती से एक ग्राम तक पानी के साथ सेवन करें ।

● कान-दर्द—अदरक का रस पाच ग्राम, मधु दो ग्राम, सेंधा नमक एक रत्ती, तिल्ली का तेल दो ग्राम । पहले नमक और अदरक का रस मिला लें । फिर सब मिलाकर अच्छी तरह हिलाए । थोड़ा गर्म करके मात-आठ वूंद कान में डालें, कान का दर्द बंद होगा ।

● इप्लुएजा—चूर्ण सोठ पचास ग्राम, चूर्ण पिपली पच्चीस ग्राम और चूर्ण काकडा सींगी डेढ़-सौ ग्राम—सब मिला लें । इप्लुएजा की खासी को रोकने के लिए एक से दो ग्राम तक यह चूर्ण थोड़े मधु के माथ चटाए ।

● कैं—अदरक और प्याज का रस मिलाकर पीने में कैं बन्द हो जाती है ।

● आवाज बँठना—अदरक का रस मधु में मिलाकर चाटना चाहिए ।

● नजला-जुकाम—अदरक छीलकर बारीक-बारीक काट लें और कड़ाही में धी डालकर इसमें भूनें । तत्पश्चात् अदरक को बराबर वजन की चाशनी में डालें और पकाए । जब खूब पक जाए तो सोठ, सफेद जीरा, काली मिर्च, नाग केसर, जावित्री, बड़ी इलायची, तज, पतरज, पोपल, बनिया, काला जीरा, पीपलामोल और वावटिंग-प्रत्येक अदरक का बाराहवा भाग लेकर कूट-छानकर मिलाए ।

● सेवन-विधि—आठ ग्राम से लेकर पन्द्रह ग्राम तक सेवन करें । जुकाम व नजले में गुणकारी है । ठण्ड के कारण आवाज बँठ जाए तो इसे खोलती है, दम फूलने की शिकायत इसके सेवन से दूर हो जाती है, भूख खूब लगती है, पेट के दर्द और वायु के लिए लाभकारी है ।

● पसली का दर्द—सोठ तीस ग्राम मोटी-मोटी कूटकर तिहाई किलो पानी में आध घंटे तक पकाए और छान लें । तीस-तीस ग्राम यह काढ़ा तीन-तीन घंटे पश्चात् चार बार पिलाए पसली के दर्द का यह खास इलाज है ।

● सग्रहणी, मरोड, बदहजमी—चूर्ण सोठ पचास ग्राम, चूर्ण सौंफ पचास ग्राम, चूर्ण हर्ष पचास ग्राम, चीनी पिसी हुई डेढ़ सौ ग्राम ।

बदहजमी के दस्त, सग्रहणी, मरोड और पाचन की कमजोरी में एक से तीन ग्राम तक दिन में दो बार दें ।

## लॉग उपचार

● **पेट फूलना**—मेदे में जब वायु जमा होकर पेट फूलने लगे तो लॉग का निम्नलिखित अर्क तैयार करके उपयोग करें, लाभ होगा ।

लॉग का चूर्ण दस रत्ती और खीलता हुआ पानी आधा कप । जब लॉग चूर्ण अच्छी तरह भोग जाए तो छान लेना चाहिए । रोजाना तीन बार सेवन करें ।

● **बदहजमी**—बदहजमी की शिकायत होने पर चूर्ण लॉग दस रत्ती तथा खाने का सोडा दस रत्ती आधा कप उबलते हुए पानी में मिलाकर सेवन करें ।

● **जुलाब**—यदि जुलाब लेना हो तो लॉग पन्द्रह रत्ती, सोठ पन्द्रह रत्ती, मनाय तीस ग्राम और उबलता हुआ पानी चौथाई किलो ।

कम-से-कम एक एक घंटा तक इस घोल को रखा रहने दीजिए, तत्पश्चात् छान लीजिए और तनिक गरम करके उपयोग कीजिए ।

● **खासी और दमा**—रात को सोते समय आठ या दस लॉग कच्चे या चुने हुए खाने से आराम हो जाता है ।

● **बुखार और सिर-दर्द**—लॉग और चौरैता—दोनों पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम को आधा किलो पानी में पकाइये । जब पानी आठवां भाग रह जाए तो उतार लीजिए । मलेरिया बुखार के रोगी को बुखार उतरने पर पिलाने से आराम हो जाता है । सिरदर्द की हालत में चार-पांच लॉग पानी में पीसकर लगाने से तुरन्त लाभ होता है ।

● **इंफ्लुएंजा**—सर्दी लगकर बुखार आने पर, यानि इन्फ्लुएंजा, के लिए निम्नलिखितनुस्खा सर्वोत्तम है :

पांच लॉग, सोठ चूर्ण पन्द्रह रत्ती, दारचीनी तीस रत्ती । आधा किलो पानी में पन्द्रह मिनट तक उबालकर उपयोग में लाइये ।

● **मितली आना**—चाहे किसी कारणवश मितली आ रही हो, छ लॉग चवा लीजिए, आराम होगा ।

● **हिचकी—हिचकी** आने पर दो लींग मुद् में जालान रम जमने हो तुरन्त आगम हो जाता है ।

**दूसरा योग—**चार ग्राम छोटी इलायची, पान लींग—दोनों को थोड़े-से पानी में पीग-झानकर तथा पन्द्रह ग्राम मिश्री मिलाकर पिलाए, हिचकी तुरन्त वन्द होगी ।

● **प्यास की तीव्रता—**पानी को उबान लीजिए । उबाने समय कुछ लींग टाल दीजिए, इस पानी को नाँवे के बरतन में रम और ठण्डा होने पर रोगी को पिलाए, एक-दो दिन में ही आगम हो जायगा ।

## इलायची उपचार

इलायची दो प्रकार की होती है । एक छोटी और दूसरी बड़ी । छोटी इलायची का प्रभाव ममशीतोष्ण होता है (याने न अधिक गर्म न अधिक सर्द) । दिमाग, दिल और मेदे को बल देने वाली है । जी मिचलाने, कं, दमा, खासी, हिचकी, कफ और कब्ज के लिए गुणकारी है । मूत्र की जनन को दूर करती है, मूत्र को खोलती है, याने मूत्र की कमी को ठीक करती है, मेदे के ब्रैकार क्षरित रस को शुष्क करती है, मन प्रसन्न हो उठता है, फेफड़ों को बल मिलता है, पत्यंगी की शिकायत को दूर करती है, पान के माय पार जाती है ।

बड़ी इलायची प्रभाव से गर्म और कुछ कब्ज करने वाली होती है, पनीना लाती है, स्फूर्तिदायक है और छोटी इलायची के गुणों के बराबर है । यह गर्म मसाले में डाली जाती है, दवाई के तीर पर भी उपयोग की जाती है ।

● **प्यास की तीव्रता—**यदि प्यास अधिक लगती हो तो चार किनो पानी में तीस ग्राम छिलके उबालो । जब पानी लगभग आधा रह जाए तो ठण्डा करके उपयोग में लाए, रामबाण इलाज है ।

● **पाचनवर्द्धक—**इलायची के बीज, मौँफ और जीरा—सब बराबर चजन (पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम) तनिक भून लें । भोजन के पश्चात् नमन-भर उपयोग करें ।

● **दूसरा योग—**इलायची के बीज, मौँठ, लींग और जीरा—सब पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम । अगल-अलग पीम कर सबको भली प्रकार मिला लें ।

● हैजे की रामबाण चिकित्सा—बड़ी इलायची, खुश्क पोदीना, खसखस, नागरमोथा—प्रत्येक पचहत्तर ग्राम । जायफल और लौंग प्रत्येक नव्वे ग्राम ।

सबको कूट-पीस कर तीन किलो पानी में उबालें । पानी जब आधा रह जाए तो उतार कर छान लें और किसी मिट्टी के नई वर्तन या तावे के वर्तन में भर लें । वर्तन का मुह खुला रहने दें, ताकि भाप निकल कर पानी ठण्डा हो जाए । वर्तन को हर तीसरे दिन किसी खटाई से साफ कर लें ।

हैजे के रोगी को दिन में कई बार सेवन कराए ।

● शरद् ऋतु की खांसी—दाना बड़ी इलायची, काली मिर्च, पिपली बड़ी, गिरी वादाम, मुनक्का (बीज निकाल कर) पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम । गिरी-वादाम ठण्डे पानी में भिगो कर छिलका उतार दें । अब सब चीजों को कूड़ी में खूब घोटें, जितना अधिक घोटा जाएगा, दवाई उतनी ही अधिक लाभ करेगी । यदि सल्त हो तो पानी से तर कर सकते हैं । जब गोली बनाने योग्य हो जाए तो जगली वेर के बराबर गोलियाँ लें । रात्रि समय एक गोली मुह में रख कर रस चूसें ।

● प्रमेह—प्रमेह को दूर करने वाला इससे बढ़िया नुस्खा आपको शायद ही कही मिलेगा । साधारणतः प्रमेह की जितनी भी औषधियाँ हैं उन सबसे कब्ज हो जाती है, और कब्ज की हालत में यह रोग और भी बढ़ जाता है । परन्तु इस चूर्ण में यह गुण है कि इसके सेवन से कब्ज बिल्कुल नहीं होती । इसके अतिरिक्त यह चूर्ण प्रभाव में न अधिक गर्म है और न अधिक सर्द । वीर्य की कमी को घटाता और इसके पतलेपन को दूर करता है । इससे सेवन से वीर्य पर्याप्त मात्रा में पैदा होता है । नुस्खा निम्नलिखित है—

दाना बड़ी इलायची, दाना छोटी इलायची, असगंध नागोरी, तज कलमी, सालब, तालमखाना—सब बराबर वजन बहुत बारीक पीस लें और कुल वजन के बराबर मिश्री पीस कर मिलाएँ ।

सेवन-विधि—नौ ग्राम से बारह ग्राम तक प्रातः दूध के साथ उपयोग करें ।

मूत्र-जलन और नया सूजाक—सात वादाम गिरी (छिलका रहित), छोटी इलायची सात दाने—आधा किलो पानी में खूब घोट-छान कर मिश्री

मिलाकर दिन में तीन बार पिलाएँ। कुछ दिन में आराम होगा, रामवाण है। यदि इसमें घनियाँ और सदल का बुरादा प्रत्येक पाँच ग्राम मिला लिया जाए तो और भी अधिक गुणकारी है।

**हिचकी**—दाना बड़ी इलायची (तनिक भुना हुआ) पाँच ग्राम वारीक पीस कर इसमें दो तोले चीनी मिलाएँ। एक-दो बार गर्म पानी के साथ सेवन करने से हिचकी दूर हो जाती है।

## हींगउपचार

● **हिस्टीरिया**—आठ ग्राम हींग और दो ग्राम पीपरमेट वारीक पीस कर चौथाई किलो पानी में मिलाकर रख लें। पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम यह पानी हर दो घण्टे बाद उपयोग करें, वायुगोला व हिस्टीरिया के लिए अचूक दवा है।

● **हैजा**—यदि हैजे में दस्त और कै का जोर हो और इसके बावजूद भी रोग का जहर खारिज न होता हो और दस्तों को रोकने की आवश्यकता पड़ जाए तो हींग दो ग्राम, काली मिर्च आधा ग्राम और अफीम आधा ग्राम को मिला कर आठ गोलियाँ बनाए। एक-एक घंटे पश्चात् एक गोली दें।

हैजे के दिनों में ये गोलियाँ मुफ्त वाटने योग्य हैं।

● **दमा**—हीरा हींग (शुद्ध) आठ ग्राम, कपूर आठ ग्राम वारीक पीस कर चने के बराबर गोलियाँ बना लें। दौरे के समय एक-एक गोली दें। छाती पर तेल तारपीन की मालिश करें।

● **काली खाँसी**—काली खाँसी के लिए पन्द्रह ग्राम हींग और पन्द्रह ग्राम कपूर लेकर आधी-आधी रस्ती की गोलियाँ बना लें, प्रातः व सायं आयु के अनुसार सेवन कराएँ, रामवाण है।

● **सीने का दर्द**—यह दर्द सीने में उस स्थान पर होता है जहाँ दोनों पमनियाँ एक दूसरी में मिलती हैं। यह दर्द अत्यन्त घातक प्रकार का होता है, क्योंकि इस स्थान के निकट ही दिल होता है। और दर्द का भार जब दिल पर पड़ता है तो हृदय-गति बन्द हो जाने का डर रहता है। ऐसे अवसर पर शीघ्रातिशीघ्र निम्नलिखित उपचार करें—

दो रस्ती हींग एक मुनक्का के भीतर लपेट कर खिला दें, गले से उतरते ही अपना प्रभाव दिखाएगी। यदि कुछ कष्ट बाकी रहे तो आध घटा पश्चात् एक ऐसी ही मात्रा और दे दें और इस कौडियो के दाम उपचार का चमत्कार देखें।

● पसली का दर्द—पसली के दर्द के लिए बढिया हींग एक ग्राम चारीक पीस लें और मुर्गी के अडे की जर्दी में मिलाकर पसली पर लेप करें सारा दर्द जाता रहेगा।

● पेट दर्द—पेट में वायु रुक जाने में दर्द हो जाए तो दो ग्राम हींग को आधा किलो पानी में इतना पकाएँ कि दसवाँ भाग पानी बाकी रह जाए। अब थोड़ा गरम ही रोगी को पिला दें, अमृत समान है।

● पेट विकार नाशक—हीरा हींग आठ ग्राम, नौसादर पन्द्रह ग्राम, नमक पन्द्रह ग्राम—तीनों खूब चारीक करके गरम पानी में खरल करें। फिर इसे कपडछान कर चोतल में भर लें, दूध की तरह सफेद अर्क तैयार होगा। इस कुल वजन को चौबीस मात्रा समझें।

यह एक अचूक नुस्खा है, जिसे नब्बे प्रतिशत सफल पाया गया है। पेट दर्द, कैं, जिगर का घाव, वायुगोला, बदहजमी, गुर्दे का दर्द, भूख की कमी आदि शिकायतों में गरम जल से सेवन कीजिए, प्रायः तीन-चार घंटे पश्चात् दूसरी मात्रा लेनी चाहिए।

● आवाज बँटना—नजले की गन्दगी गले में गिरने से या पानी तददील होने के कारण आवाज बन्द हो जाती है, जो कि बहुत कष्टदायक है। रोगी कुछ कहना चाहता है तो बोल नहीं सकता, इशारों से बातचीत करता है। इसके लिए चार रस्ती हींग गिलाम भर उष्ण जल में घोल कर गरारे कराए, एक-दो बार ऐसा करने से आवाज ठीक हो जाएगी।

● नया जुकाम और होंग—जुकाम के आरम्भ में पन्द्रह ग्राम इमली के पत्ते चौथाई किलो पानी के साथ किमी मिट्टी के बर्तन में पकाएँ। जब आधा बाकी रह जाए तो छान कर दो रस्ती हींग और चार रस्ती काली मिर्च पीस कर मिलाएँ और पी लें।



● पागल कुत्ते के काटने पर—दो ग्राम हीरा हीग को अर्क गुलाब में घोल कर प्रतिदिन पिलाए । इसके अतिरिक्त हीग को पानी में पतला करके लेप के रूप में पागल कुत्ते के काटे पर लगाएँ ।

● चींटी भगाना—हीग पीस कर चींटियों के सुराख में डालें, भाग जाएगी ।

● दत-पीडा व कीडा लगना—हीग, अकरकरा, काली मिर्च, कपूर, वावडिंग, नीम के सुख पत्ते और लाहौरी नमक, प्रत्येक पन्द्रह ग्राम—सबको पीस कर मजन के रूप में उपयोग करें, दाँतो के कीड़े मर जाते हैं तथा नीडा दूर हो जाती है ।

● पेट के कीड़े—हीरा हीग (घी में भुनी हुई) चार ग्राम, अजमूद, वावडिंग, सेंधा नमक, जोखार, बड़ी हरड, सोठ तथा पिपली प्रत्येक तीन ग्राम बारीक पीस कर तीन से चार ग्राम तक फकी लेने से भोजन हजम होता है और कीड़े मर कर निकल जाते हैं ।

● दाद—हीग सिर्का में पीस कर दाद पर लेप करना दाद की सर्वोत्तम चिकित्सा है ।

● कान के रोग—हीग जैतून के तेल में पका कर शीशी में बन्द कर रख लें । दो-चार बूँद कान में टपकाने से कान का दर्द, घनघनाहट और बहरापन दूर हो जाते हैं ।

● दर्द कान—हीग, घनिया और सोठ (पीस कर) प्रत्येक पन्द्रह ग्राम पानी एक किलो और सरसो का तेल सवा-सौ ग्राम—सब मिलाकर घीमी-घीमी आँच पर चढ़ा दें । सावधान रहिए कि घनिया आदि नीचे जलने न पाए । जब पानी सूख जाए तो उतार कर तेल को छान लें । कान में दर्द हो तो तुरन्त कुछ बूँदें डालें, लाभ होगा ।

● मेदे का दर्द—हीरा हीग दो रत्ती को मुनक्का (जिसके बीज निकाल दिए गए हो) में रख कर गोली-सी बना कर रोगी को खिलाए, तुरन्त मेदे का दर्द दूर होगा । मेदे का दर्द अत्यन्त तीव्र होता है, कई बार तो इसके कारण रोगी मूर्च्छित तक भी हो जाता है—इसके लिए यह टोटका विशेष गुणकारी है ।

● सुखी प्रसव—एक रत्ती हींग चार ग्राम गुड में लपेट कर निगल लें, पानी न पिए । ईश्वर की कृपा से तीन मिनट के भीतर ही कष्ट रहित प्रसव होगा ।

हींग-टिक्चर—पचाम ग्राम हीरा हींग तथा एक वोतल रेक्टिफाइड स्पिरिट लें । हींग को वागीक करके स्पिरिट में डाल दें और वोतल पर कार्क लगा कर पन्द्रह दिन तक बन्द रखें, दिन में एक बार वोतल को अवश्य हिला देना चाहिए । पन्द्रह दिन के पश्चात् इसे दूसरी वोतल में छान कर भर लें । इसकी मात्रा आठ बूंद से एक चाय चम्मच तक है । पेट-दर्द, बद्धिमी, अफाग तथा मंदान्नि में नीबू के रस और नमक के साथ मिला कर उपयोग करना चाहिए :—

- (1) यदि प्रसव-कष्ट हो तो दस बूंद गर्म पानी में डालकर पिलायें ।
- (2) प्रसव के पश्चात् की पीडा या गन्दा पानी बाकी हो तो पाँच-पाँच बूंद गर्म पानी में डालकर दिन में तीन बार पिलायें ।
- (3) स्त्रियों के प्रसूत रोग में भी उपरोक्त तरीके से सेवन करायें ।
- (4) दाढ़ या दाँत में कीडा लगा हो तो इसमें रुई भिगो कर लगाएं, दर्द तुरन्त दूर होगा ।
- (5) भिड, विच्छू इत्यादि के काटे पर एक बूंद लगा दें, तुरन्त चैन पड़ेगा ।
- (6) दंत-पीडा के लिए पीडित स्थान पर मजन की तरह लगाने से दर्द और सूजन में लाभ होता है ।

## प्याज उपचार

देखने और कहने को वैसे प्याज एक साधारण सी वस्तु है, परन्तु प्रकृति ने उसमें कई चमत्कार भर दिए हैं, जिनमें निम्नलिखित विशेषकर उल्लेखनीय हैं—

● साँप काटे का चमत्कारी नुस्खा—हकीम वजीर चंद के क्रयनानुसार यह नुस्खा उन्हें एक बूढ़े काठियावाड़ी महात्मा से मिला था और अब तक

अत्यन्त लाभकारी सिद्ध होता रहा है। लोगों को इमने अयश्य नाम उठाना चाहिए, नितान्त हानिरहित है। कभी भी तीन मात्रा में अधिक भवन कराने की आवश्यकता नहीं पड़ो।

प्याज कूट कर निकाला हुआ रस और तेल मरमो दोनों तीस-तीस ग्राम। अच्छी तरह मिलाकर रोगी को पिना दीजिए। यदि रोगी का जीवन-धन भाग्य ने अभी छीन नहीं लिया तो इतनी ही घोर (यह एक मात्रा है) दो मात्रा से ईश्वर की कृपा से आराम होगा (तीन मात्रा प्राध-प्राध घटे पश्चात् दें)।

● हैजे की रामबाण दवा—याने नाजुक-मे-नाजुक हानत में अपना जादू दिखाने वाला नुस्खा, यह है —

कपूर देसी बढिया एक ग्राम, प्याज का रस मवा-मो ग्राम सत-पोंदीना (पीपरमेट) आठ ग्राम सब मिलाकर शीशी में कार्क लगाकर रखें। आवश्यकता पड़ने पर एक-एक चाय चम्मच में तनिक मिश्री मिलाकर दें। यदि जीवन बाकी है तो एक ही दिन में दवा अपना जादू दिखाएगी।

● दस्त और मरोड़—तीस ग्राम प्याज के रस में आधी रत्ती अफीम मिलाकर पिलाए, तुरन्त दस्त और मरोड़ बन्द होंगे।

● दमा—प्याज का रस चाय के छ चम्मच-भर, शुद्ध मधु चौथाई किलो, खाने का सोडा (सोडा वाई कार्ब) पैमठ ग्राम—तीनों मिलाकर रख लें। प्रातः व माय एक-एक चम्मच उपयोग करें, लाभ होगा।

● सिर-दर्द—प्याज को नूत्र वारीक कूट लें और पाँच के तलुओं पर लेप कर दें, सब प्रकार का सिरदर्द ठीक हो जाता है।

● मोतियाबिंद—मोतियाबिंद के आरम्भ में प्याज का रस पन्द्रह ग्राम, शुद्ध मधु पन्द्रह ग्राम भीमसेनी कपूर चार ग्राम—सब को मिला कर रात को सोते समय दो-दो सलाई डालने से उतरता हुआ मोतिया रुक जाता है, बल्कि उतरा हुआ भी साफ़ हो जाता है।

● लाजवाब सुरमा—काला सुरमा पचास ग्राम चौबीस घटे तक प्याज के रस में खरल करें, खुश्क होने पर शीशी में सम्भाल कर रखें।

आखो की लाली, धुष, जाला तथा मोतियाबिंद में गुणकारी है।

● मूत्र की जलन—यदि मूत्र जल कर आता हो तो पचास ग्राम छिना हुआ प्याज वारीक करके आधा किलो पानी में उवालेँ। पानी आधा रह जाने पर छान कर और ठण्डा करके पिलाएँ, जलन दूर होगी।

● स्तन घाव—तेल तिल्ली सवा सौ ग्राम में पहले तीस ग्राम प्याज जलाएँ, तत्पश्चात् तीस ग्राम ताजा नीम के पत्ते जलाएँ फिर इसमें सौ ग्राम मोम मिला कर मरहम बना लें। यह मरहम घाव पर लगाते रहने से घाव कुछ दिनों में भर जाता है।

● बच्चों का कान-दर्द—प्याज भूभल में दवाकर नर्म करें। फिर निचोड़कर पानी निकालें और तनिक उष्ण करके दो-तीन बूंद कान में डालें, दर्द तुरन्त वन्द होगा।

● बच्चों की आँखें दुखना—प्याज का रस एक भाग और शुद्ध मधु एक भाग को दो भाग अर्क गुलाब में मिलाकर रखें। एक एक बूंद दोनों समय आँखों में डालें, आराम होगा।

● विषले जीव-जन्तुओं के काटे पर—प्याज का रस और नीसादर, प्रत्येक पन्द्रह ग्राम—खरल में डालकर खूब खरल करें। जब दोनों वस्तुएँ भली प्रकार मिल जाएँ तो शीशी में सुरक्षित रखें। विच्छू, भिड़, मधुमक्खी, मच्छर इत्यादि के काटे पर इसकी दो बूंदें मल दें, तुरन्त ठण्डक पड़ जाती है। पागल कुत्ते और बदर के काटे पर भी इसी प्रकार उपयोग करें।

## लहसुन उपचार

अफरा व हैजा—छिना हुआ लहसुन तीस ग्राम, चूर्ण काला जीरा, पिसा हुआ लाहोरी नमक, गधक शुद्ध आवलासार, चूर्ण सोठ, चूर्ण पिपली, काली मिर्च पिसी हुई और हींग खील की हुई प्रत्येक पन्द्रह ग्राम।

लहसुन को छील लीजिए। इसे छीलने के पश्चात् भी इसकी पोथियो पर बहुत वारीक भिल्ली लिपटी रहती है, इसे भी पृथक् कर लेना चाहिए। अब लहसुन को इतना खरल करें कि यह एकरूप हो जाए, इसे निकालकर चीनी या काँच के किसी वर्तन में रख लीजिए। अब खरल में गधक को बहुत वारीक पीसकर नीबू के रस में इतना खरल करें कि मलाई की तरह हो जाए,

तत्पश्चात् इसमें नमक और हींग (नीम की हूँद) मिला दें और नीबू का रस डालकर खूब जोरदार हाथों से इतना सरल करें कि एग्यम्प हो जाए। अब इसमें पहले से सरल किया हुआ लहसुन और बाकी औषधियों के घूर्ण भी मिला दें और बारह घंटे तक नीबू के रस में सरल करके चार-चार रती की गोलियाँ बना लें।

दिन-भर में पाँच-छह गोलियाँ उपयोग की जा सकती हैं। पेट-दर्द तथा अफारा आदि में गर्म जल या अर्क सॉफ या अर्क पोदीना के साथ तथा कैं और हैजा में नीबू के रस, अर्क सॉफ या प्याज के रस से दें। इसके चमत्कारी प्रभाव की कई बार परीक्षा हो चुकी है।

● पेट के कीड़े—पेट के कीड़े मारने के लिए लहसुन रामबाण का काम देता है। जिन दिनों इसका सेवन किया जाए उन दिनों मुनक्का या मधु के साथ दिन में तीन बार लहसुन सेवन करना चाहिए। लहसुन को जब छीला जाता है तो बीस-बाईस पोथियाँ अलग-अलग हो जाती हैं। इन्हें छीनकर पाँच गिरी छोटे-छोटे टुकड़ों में काट कर पन्द्रह बीस मुनक्का के दानों या मधु के साथ खा लेनी चाहिए।

जो लोग नियमपूर्वक मास दो-मास या तीन मास तक इस प्रकार उपयोग करेंगे वे देखेंगे कि उनका शरीर कैसा बन जाता है।

● कान-दर्द का चमत्कारी तेल—पन्द्रह ग्राम गाय के घी में लहसुन की तीन पोथियाँ जलाएँ, जब अच्छी तरह जल जाए तो निकालकर फैंक दें। इस तेल की दो-तीन बूँद कान में डालने से कान का दर्द दूर हो जाता है, कान से पीप निकलना भी बन्द हो जाएगा—कई बार का अनुभूत प्रयोग है।

● हैजे का तुरन्त उपचार—शुद्ध लहसुन, सफेद जीरा, पहाड़ी नमक, शुद्ध गंधक, सोठ, काली मिर्च, पिपली प्रत्येक तीस ग्राम और हींग भुनी हुई पन्द्रह ग्राम। सबको बारीक करके सात दिन तक नीबू के रस में सरल करें और चने के बराबर गोलियाँ बनाए। इन गोलियों के उपयोग से हैजा तुरन्त ठीक हो जाता है।

उपयोग विधि—युवा को एक बार में चार-पाँच गोली, कमजोर या बालक को शक्ति-अनुकूल भोजन पश्चात् तीन-चार गोली प्रतिदिन उपयोग

यदि न मे कभी बदनहीन नही होती । गोली खाकर ऊपर से ताजा पानी पीना चाहिए ।

हैजा यदि तीव्र हो तो पन्द्रह-पन्द्रह मिनट के बाद युवा को दो-दो या तीन-तीन गोली देना चाहिए । यदि रोगी की इतनी शक्ति न हो तो एक घंटा या एक घंटा पश्चात् दें । स्मरण रहे कि ये गोलियाँ हैजे में रामबाण का काम करती हैं ।

नोट—लहसुन काटकर मट्ठे में भिगो देना चाहिए । दिन-भर भीगने के पश्चात् रात को निकालकर छाव में फैला दें । सवेरे फिर ताजा मट्ठे में इस प्रकार भिगो दें और रात को निकालकर फैला दें । इसी प्रकार सात दिन करने से लहसुन शुद्ध हो जाता है, उसमें गंध नहीं रहती ।

● काली खांसी—लहसुन का ताजा रस दस बूंद, मधु और पानी चार-चार ग्राम—ऐसी एक-एक मात्रा दिन में चार बार दें ।

## मधु उपचार

मधु वास्तव में फूलों की मनमोहक सुगन्ध और रक्त बढ़ाने वाली दुर्लभ तथा कीमती सामग्री का शर्वत है । यह अमृत है क्योंकि इसका उपयोग विगड़े और गम्भीर से गम्भीर रोगों की विश्वासनीय चिकित्सा है । सभी स्थितियों और स्वभावों में समान रूप से उपयोगी है । बच्चों, स्त्रियों, युवकों और बूढ़ों को प्रत्येक अवस्था में उपयोग कराया जा सकता है ।

मधु की मात्रा बच्चों के लिए पांच ग्राम, किशोरों के लिए दस ग्राम, युवकों के लिए पन्द्रह ग्राम तथा स्त्रियों और बूढ़ों के लिए बीस ग्राम उचित है । आवश्यकता पड़ने पर गर्म, ठण्डा या ठण्डे जल में पिलाए या चटाएँ । उचित यह है कि धीरे-धीरे चाय की तरह घूट-घूट पिया जाए । इसके अतिरिक्त मधु सर्वदा खाली भेदे पर पीना चाहिए । अधिक गर्म पानी मिलाकर हरगिज उपयोग न किया जाए वरन् इससे हानि का भय है । अच्छा यह है कि शरद ऋतु में पानी को थोड़ा गर्म कर लिया जाए और ग्रीष्म ऋतु में ठण्डा पानी लिया जाए (शरद ऋतु में शुद्ध मधु प्रायः दानेदार बन जाता है । दानेदार मधु को फिर पतला करने के लिए मधु की बोटल या बर्तन गर्मपानी

में रखना चाहिए।) इस बात का सर्वदा ध्यान रखना चाहिये कि मधु कभी आँच पर गर्म न किया जाए, आँच पर चढ़ाने या पकाने में मधु विष बनजाता है।

श्रोपधि के रूप में मधु के निम्नलिखित प्रयोग किये जा सकते हैं—

● **आधे सिर का दर्द**—यह दर्द सिर की एक तरफ—आधे भाग में होता है। प्रायः सूर्योदय समय शुरू होता है, दिन चलने के पश्चात् उसमें कमी होने लगती है। यह दर्द इतना तीव्र होता है कि रोगी ऊँट के मारे मिर पटकता है, रंगें जोर-जोर से फटती हैं, रोगी को ऐसा अनुभव होता है कि उसका सिर हथोड़े में कूटा जा रहा है, दर्द की टीम कान और दाँतों तक जाती है। इसका उचित उपचार करने के लिए निम्नलिखित नुस्खा उपयोग कीजिए।

आधे सिर के दर्द के समय हमारी ओर के नयने में एक बूंद मधु डाल दें, डालते ही दर्द को आराम हो जाएगा—चमत्कारपूर्ण चिकित्सा है।

● **नजला-जुकाम**—दो छोटे चम्मच-भर मधु आधे नींबू के रस के साथ दिन में तीन-चार बार उपयोग करना चाहिए। गर्म पानी के गिलास में एक बड़ा चम्मच मधु और एक चम्मच अदरक का रस अच्छी तरह मिलाकर दिन में तीन-चार बार पी लिया करें।

**दूसरा योग**—मधु तीस ग्राम और अदरक का रस दो छोटे चम्मच-भर—मिलाकर सर्दी से उत्पन्न नजला व जुकाम के लिए अचम्भे से कम नहीं है।

● **थकान**—सर्व प्रकार की थकान, चाहे मानसिक हो या शारीरिक, दूर करने के लिए मधु एक उत्तम चिकित्सा है।

आप जब भी शारीरिक या मानसिक थकान अनुभव करें, दो बड़े चम्मच शुद्ध मधु एक गिलास गर्म पानी में अच्छी तरह मिलाकर पी लें, थकान दूर हो जाएगी।

● **मुँह के घाव**—सुहागा नील एक भाग को बारीक करके चार भाग मधु में मिला दें, यह मरहम मुँह के घावों पर मलें और इसके कारण टपकने वाली थूक को बाहर गिराते रहे। इससे मुँह के घाव साफ होते हैं और बहुत जल्दी भर जाते हैं।

**दूसरा योग** . मधु शुद्ध सौ ग्राम, निलमरीन आठ ग्राम, सुहागा तीन ग्राम—सुहागा को बारीक पीसकर मधु और ग्लिसरीन में मिला कर रखें।

आवश्यकता के समय लगाने से ज्वान के फटने और मुह के छालो आदि के लिए गुणकारी है ।

तीसरा योग : फिटकरी खील एक भाग, शुद्ध मधु दो भाग, सिर्का एक भाग । सिर्का और मधु मे फिटकरी मिलाकर पकाएँ । जब दवाई की चाशनी गाढी हो जाए, आच पर से उतार लें । प्रतिदिन प्रातः व साय दाँतो पर मला करें, दाँतो का हिलना बन्द हो जाएगा ।

● दंत-रोग—शुद्ध मधु तीस ग्राम, निर्का बढिया तीस ग्राम, फिटकरी खील पन्द्रह ग्राम, काली मिर्च चार ग्राम । दोनो औषधियाँ बारीक पीसकर मधु और सिर्का मे मिलाकर सुरक्षित रख लें । आवश्यकतानुकूल दोनो समय उगली द्वारा दाँतो पर मजन की तरह मलें । दाँतो का हिलना, कीडा लगना, दाढ का दर्द, पाथोरिया तथा मँले दाँतो आदि के सर्व विकारो मे हितकर है ।

● नेत्र-रोग—शुद्ध हींग बारीक पीस कर मधु मे मिला लें । और सलाई द्वारा प्रातः व माय आँखो मे लगाते रहें । इसका इस्तेमाल प्रारम्भिक मोतियाबिंद मे गुणकारी है, रात को दिखाई न देने मे भी लाभदायक है ।

दूसरा योग—प्याज का रस और मधु एक-एक ग्राम मे भीमसेनी कपूर चार रत्ती मिलाकर शीशी मे सुरक्षित रखें, और सलाई द्वारा आँखो मे लगाएँ यह न केवल प्रारम्भिक मोतिया मे लाभदायक है बल्कि उतरा हुआ पानी भी साफ हो जाता है ।

तीनरा योग—सोते समय शुद्ध मधु की तीन-तीन सलाइयाँ डाला करें, कुछ ही दिनो मे रात्रि समय कम दिखाई देने का कष्ट जाता रहेगा ।

● कान के रोग—कानो के भीतर भिनभिनाहट की आवाज सुनाई देती हो, कानो मे वाजे-से वजते अनुभव हो तो इसके लिए निम्नलिखित नुस्खा प्रयोग कीजिए—

कलमी शोरा आधा ग्राम बारीक पीस कर आठ ग्राम मधु मे मिलाएँ और थोडे से गर्म पानी मे घोल कर कान में टपकाएँ, कान वजने की शिकायत दूर हो जाएगी ।

दूसरा योग—शुद्ध मधु, ग्लिसरीन, बादाम रोगन, प्रत्येक पन्द्रह ग्राम और एक ग्राम अर्क शफा लेकर मिला लें । तनिक गुनगुना करके कान मे



डालें, इससे कान की पीप साफ होती है। धीरे-धीरे पीप निकलनी बंद हो जाती है और कान बिल्कुल साफ हो जाता है।

अर्क शफा जो डम नुस्खे में शामिल है बनाने की विधि इस प्रकार है : कपूर, मत पोदीना, सत अजवाइन, कारवालिक एसिड, मसल प्रत्येक बराबर वजन। सब को मिला कर शीशी में डालकर रख दें, तेल हो जाएगा।

● गले के रोग—काली मिर्च, हींग, राई, केसर सब बराबर वजन बारीक पीमें और बराबर वजन मधु मिलाकर मुह में रखें, और इसका रस चूसें। यदि आवाज बैठ गई हो तो खुल जाएगी।

दूसरा योग—दिन में तीन बार एक बड़ा चम्मच मधु चाट लिया करें, गले की मूजन दूर करने के लिए अद्वितीय है।

तीसरा योग—तीस ग्राम मधु कप-भर पानी में घोल कर गरारे करें, गले की मूजन, घाव और आवाज बैठने में लाभदायक है।

चौथा योग—गरम-गरम दूध में थोड़ा मधु और थोड़ी-सी ग्लिसरीन मिला कर गरम-गरम चाय की तरह पिए, गले की मूजन के लिए गुणकारी है।

● छाती और फेफड़ों के रोग—मधु फेफड़ों को बल प्रदान करता है, खांसी और गले की सर्वोत्तम चिकित्सा है। गले की खुश्की तथा स्नायु-कण्ट दूर करता है

छोटे बच्चों की छाती में जब घ र र \*घ र र की आवाज आती है और वे बलगम खारिज नहीं कर सकते तो उन्हें यदि यह नुस्खा उपयोग कराया जाए तो इससे तुरन्त लाभ होता है।

काकडा-सगी (लाल रंग की) पन्द्रह ग्राम, सत मुलेठी चार ग्राम, मुनक्का (जिसमें से बीज निकाल दिये गये हों) ग्यारह दाने। सब चीजों को पीस कर मधु में मिलाकर चटनी बनाएं।

उपयोग विधि—बच्चे को आधा ग्राम से एक-दो ग्राम तक दें। नवजात शिशु की हालत में उसकी माँ को भी आठ ग्राम तक चटाए।

● पुरुषों के रोग—मस के दूध में दो बड़े चम्मच मधु अच्छी तरह घोल कर पीते रहना साधारण शारीरिक कमजोरी दूर करने तथा बल बढ़ाने के लिये उत्तम है।

● प्याज का रस दो किलो और एक किलो मधु घीमी आंच पर इतना पकाए कि प्याज का रस जल जाए और मधु वाकी रह जाए । फिर जावित्री, लोंग और केसर प्रत्येक पाच-ग्राम मिलाए—वस पौरुष बल की लाजवाब टानिक तैयार है ।

● भूसी ईस्पगोल पैसठ ग्राम, बादाम रोगन तीस ग्राम, मधु सवा-सौ ग्राम, चाँदी के वर्क चार ग्राम—पहले भूसी ईस्पगोल वारीक करके बादाम रोगन में मल लें, और मधु में चाँदी के वर्क एक-एक करके घोलें । तत्पश्चात् सब चीजें मिला कर खरल करें ।

प्रातः व साय चार-चार ग्राम इस औषधि का उपयोग करना प्रमेह के लिये गुणकारी है ।

● वच्चों के रोग—मधु में थोड़ा नमक डालकर हल्की आंच पर रखें । जब मधु फट जाय तो साफ पानी लेकर थोड़ा-सा मिलाए, वच्चों की खामी के लिए लाभदायक टोटका है ।

● शुद्ध मधु पन्द्रह ग्राम तथा अर्क गुलाब, अर्क साँफ और अर्क पोदीना प्रत्येक तीस ग्राम । मधु को अच्छी तरह तीनों अर्कों में मिला कर दिन में तीन-चार बार दें, पेट दर्द में अत्यन्त हितकर है ।

● यदि वच्चे को हिचकी बहुत आ रही हो और स्वयं बन्द न हो तो थोड़ा-सा मधु चटा दें, हिचकी ठीक हो जाएगी ।

● यदि बच्चा सोते में रो उठे तो समझ लीजिए कि वह बदहजमी के कारण स्वप्न देख रहा है । आप उसे कुछ दिन तक मधु चटाए, बदहजमी दूर होकर स्वप्न में डरना और सोते में रो उठने की शिकायत दूर हो जाएगी ।

● तपेदिक—शुद्ध मधु आधा किलो, तवाशीर दो सौ ग्राम, दारचीनी, छोटी इलायची और तेजपात प्रत्येक बारह ग्राम । खूब वारीक करके मधु में मिला कर सुरक्षित रखें ।

चार ग्राम से पन्द्रह ग्राम तक, शोचनीय अवस्था में तीस ग्राम तक भी उपयोग कराया जा सकता है । प्रातः दूध के साथ सेवन किया जाने वाला तपेदिक के लिए यह एक उत्तम आयुर्वेदिक नुस्खा है ।

● मोटापा—अनबुझा चूना पन्द्रह ग्राम, शुद्ध मधु तीन-सौ ग्राम—दोनों को मिला कर खरल करके कपडछन करें, और शीशी में डाल कर रख लें। प्रतिदिन प्रातः व सायं आठ-आठ ग्राम चटाना चाहिए।

## गाजर उपचार

● कमजोर दिमाग—यदि प्रातः सात दाने गिरी वादाम ग्राकर ऊपर से मवा-सौ ग्राम गाजर का रस आधा किलो गाए के दूध में मिला कर पियें तो दिमाग को बल मिलता है।

● आधे सिर का दर्द—गाजर के पत्ते गर्म करके रस निकालें और इसकी कुछ वू दें नाक और कान में डालें, इससे छीकें आकर आधे सिर के दर्द को आराम होता है।

● सीने का दर्द—गाजरो को आंच पर पकाए और उनका रस निचोड़ कर मधु मिलाकर पिलाए तो इससे सीने का दर्द दूर हो जाता है।

● बलगमी खांसी—गाजर के रस में मिश्री मिला कर पकाए और जब चटनी-मी बन जाए तो इसमें थोड़ा चूर्ण काली मिर्च मिलाए। इस चटनी के उपयोग से खांसी को लाभ होता है, बलगम सुगमता से निकलती है।

● पथरी—गाजर के बीज तथा शलजम के बीज बराबर वजन लेकर मूली को भीतर से खोखला करके इसमें भर दें। फिर मूली का मुह बन्द करके भूभल में पकाए। जब भुर्ता हो जाए तो बीज निकाल कर सुषक कर लें।

गुण-धर्म—ये बीज बन्द मूत्र को खोलते हैं, पथरी को गला कर निकाल देते हैं। आठ से बारह ग्राम तक उपयोग करते रहे।

● मासिक धर्म—गाजर के बीज पन्द्रह ग्राम कूट कर पानी में उवाले और माफ करके सुखें शक्कर पचास ग्राम मिलाकर मासिक धर्म के दिनों में उपयोग कराते रहे। कोई कष्ट न होगा।

● पौरुष बल के लिए—बढिया गाजरें लेकर ऊपर से छील लें और अन्दर से गुठली निकाल कर इन्हें कद्दूकश करें। अब इन एक किलो कद्दूकश गाजरो को गाए के एक किलो दूध में पकाए। जब अच्छी प्रकार गल जाएँ और दूध सूख जाए तो उतार लें। तत्पश्चात् कड़ाही में चार-सौ ग्राम घी डालकर इन

गाजरों को इतना भूनें कि वे अच्छी तरह लाल हो जाए। इसमें आधा किलो मिश्री डालने के पश्चात् निम्नलिखित सामग्री शामिल करें—

गिरी वादाम सत्तर ग्राम, गिरी पिस्ता तीस ग्राम, गिरी खरोंजी तीस ग्राम, गिरी अखरोट तीस ग्राम, गिरी चिलगोजा तीस ग्राम तथा नारियल सत्तर ग्राम।

**गुण-धर्म**—वीर्य बढ़ाता है, पौरुष-बल प्रदान करता है। सत्तर से सौ ग्राम तक चांदी के बर्क में लपेट कर सेवन करें।

● **बच्चों की कमजोरी**—जिन बच्चों की कमजोरी का कारण ज्ञात न हो सके उन्हें गाजर का रस एक चम्मच से लेकर तीन चम्मच तक बराबर मात्रा गर्म पानी मिलाकर दिन में दो-तीन बार पिलाना चाहिए। साथ ही ऐसे बच्चे की मां भी गाजर खाए या इसका रस पिए, इसमें थोड़े समय में माँ तथा बच्चे का स्वास्थ्य भरसक उन्नत होगा।

गाजर का रस स्वस्थ बच्चों को भी पिलाया जाए तो उनका स्वास्थ्य दूसरे बच्चों की अपेक्षा उत्तम होगा।

● **पेट के कीड़े**—आधा किलो गाजरों का रस प्रतिदिन पीने से पेट के कीड़े खारिज हो जाते हैं। यही लाभ प्रातः खाली पेट गाजर खाने से प्राप्त किया जा सकता है। जो लोग यह समझते हों कि गाजर उन्हें हजम नहीं होगी वे रस पी लिया करें।

● **मसूढ़ों के लिए**—यदि कच्ची गाजर का सत्तर ग्राम रस प्रतिदिन पीया जाए तो मसूढ़े और दातों के रोग आसानी से पैदा न होंगे, खून साफ रहेगा, फोड़े-कुन्सी और खारिश न होगी। दिल व दिमाग और शरीर के अन्य भाग अच्छी हालत में रहेंगे और अपना काम कुशलतापूर्वक करते रहेंगे।

● **हृदय रोग**—कुछ गाजरें भून कर उनके ऊपर का छिलका और गुठली निकाल दें और रात्रि समय चीनी की प्लेट में रख कर ओस में रख दें। प्रातः इसमें थोड़ा गुलाब और मिश्री मिला कर खाए तो अत्यन्त गुण-कारी है।

## मूली उपचार

● **पीलिया**—मूली के हरे पत्तों और टहनियों के सवा-सौ ग्राम रस में तीस ग्राम शक्कर मिलाकर प्रातः सेवन करें, सब प्रकार के पीलिया के लिए अत्यन्त लाभप्रद है।

● दाद—मूली के बीज, आवलामार गंधक और बड़िया गुग्गुलु प्रत्येक पन्द्रह ग्राम तथा नीला थोड़ा आठ ग्राम । सब चीजों को बारीक करके गवासी ग्राम मूली के रस में खरल करें और गोनिया बनाएं । एक-एक गोली मूली के रस में घिसकर दाद पर लगाएं, कुछ ही दिनों में दाद ग़्तम हो जाएगा ।

● गुदों का दर्द—कलमी शोरा पन्द्रह ग्राम लेकर गवासी ग्राम मूली के रस में खरल करें और जगती बेर के बराबर गोनिया बना लें । एक गोली प्रातः व साय पानी के साथ उपयोग करें ।

● बवासीर—बड़िया मूलियों का ऊपर में छिलका साफ़ करके छोटे-छोटे टुकड़े कर लें । इन पर नमक और काली मिर्च (चूर्ण) छिड़क कर बर्तन में डालें और बर्तन का मुँह बन्द करके कुछ दिन तक घूप में रखें, प्रतिदिन हिलाते रहें । यह एक बड़िया अचार है जो कि बड़ी हुई तिलनी और बद मूत्र के लिए लाभदायक है ।

● विपला डक—पागल कुत्ते के काटने पर मूली के पत्ते गरम करके तुरन्त घाव पर बाधने से विप निर्जीव हो जाता है, परन्तु शर्त यह है कि विप अभी सारे शरीर में न फैल गया हो ।

विच्छू शारीरिक रूप में जितना कमजोर है, घट्ट पट्टवाने में उतना ही घातक है । जिसे भी डक मारता है घटो उसे तडपाता है, बल्कि किसी-किसी विच्छू के काटने से शरीर मारे दर्द के अकटने लगता है । मूली विच्छू की दुश्मन है । यदि विच्छू पर मूली का छिलका या मूली का रस टपका दिया जाए तो वह तुरन्त मर जाता है । यदि काटे हुए स्थान में विप निवानकर मूली का रस टपका दिया जाए तो दर्द व सूजन में चैन पड़ जाती है ।

● गले का घाव—गले के घाव की चिकित्सा करने के लिए मूली का रस और पानी दोनों बराबर मात्रा में आवश्यकतानुसार नमक मिलाकर गरारे करें ।

● नेत्र रोग—मूली का रस छानकर कुछ समय तक किसी बर्तन में रखें, फिर छानकर निहार लें और आँखों में ड्रापर द्वारा डालें । जाला, घुघ और फूला के लिए लाभप्रद है ।

## घोयाकहू उपचार

● सिर-दर्द—ताजा घोयाकहू खरल में बारीक करके माथे पर लेप करें, थोड़ी देर में ही सिर-दर्द को आराम होगा ।

● **कान-दर्द**—घीयाकटू का रस और लडकी वाली स्त्री का दूध बराबर बज्जन में मिला लें और कुछ घूँटें कान में टपकाएं। कान के छेद को रई से बन्द कर दें, तुरन्त दर्द बन्द होगा।

● **दद-भीड़ा**—घीयाकटू का गूदा सत्तर ग्राम, लहसुन पन्द्रह ग्राम। दोनों कूटकर एक किलो पानी में पकाए। आधा पानी जल जाने पर गुनगुने पानी से कुलिया करें, दद-भीड़ा तुरन्त बन्द हो जाती है।

● **नेत्र-रोग**—आवश्यकतानुसार घीयाकटू का छिलका छाव में सुखा लें और फिर जला लें—वन चमत्कारपूर्ण औषधि तैयार है। इसे खरल में पीस लें और तीन-तीन गलाइया मुरमे की तरह आखी में लगाए, थोड़े ही दिनों में आखी के सर्व रोग नुप्त हो जाएंगे।

● **खून गिरना**—छिलका घीयाकटू छाव में सुखा लें और खूब बारीक पीस लें। बराबर बज्जन मिश्री मिलाकर सुरक्षित रखें। प्रातः खाली पेट आठ ग्राम से पन्द्रह ग्राम तक दूध की लस्सी या पानी के साथ सेवन करें, मुह से खून आता हो, चाहे फेफड़े के विकार के कारण हो या किसी दूसरे कारण, इसके उपयोग से तुरन्त बन्द हो जाता है।

● **प्यास की तीव्रता**—घीयाकटू का गूदा बारीक पीसकर सत्तर ग्राम रस निचोड़ें। इसमें तीस ग्राम मिश्री और पाँच किलो सादा पानी मिलाए। तीस-तीस ग्राम की मात्रा में थोड़े-थोड़े समय पर पिलाते रहें।

● **बन्द मूत्र**—मूत्र रुक गया हो तो घीयाकटू का रस पन्द्रह ग्राम, कलमी शोरा एक ग्राम, मिश्री तीस ग्राम, आधा कप सादा पानी में मिलाकर एक बार पिला दें। एक बार पिलाने से ही मूत्र खुल जाएगा। वरना ऐसी ही एक मात्रा और दें, मूत्र खुल जाएगा।

● **कब्ज**—आवश्यकतानुसार घीयाकटू लेकर काट लें और छाव में सुखाकर बारीक पीस लें। तीस ग्राम सत्तू की तरह चीनी मिलाकर पियें, सर्व प्रकार के दस्तों में लाभदायक है। कुछ दिन तक निरन्तर उपयोग करने से पुरानी कब्ज भी दूर हो जाती है।

● **दिमाग और जिगर की गर्मी**—घीयाकटू का गूदा सत्तर ग्राम, इमली तीस ग्राम, खाड़ (चीनी) पचाम ग्राम—एक किलो पानी में पकाएं। जब पानी चोखाई बाकी रह जाए तो उतारकर मलें और छानकर ठण्डा होने पर एक सप्ताह तक उपयोग करें। दिमाग और जिगर की गर्मी दूर होकर शुद्ध रक्त उत्पन्न होगा और दिमाग शक्तिशाली बनेगा।

● **खूनी ववासीर**—घीयाकटू का छिलका आवश्यकतानुसार लेकर छांव में सुखाए और वारीक पीसकर सुरक्षित रखें। दोनों समय आठ से पन्द्रह ग्राम तक ताजा जल के साथ फांकिए, दो-तीन दिन के उपयोग से ववासीर का खून बन्द हो जाएगा। खूनी दस्तों के लिए भी यह औपधि गमवाए है।

● **पीलिया**—एक घीयाकटू लेकर घीमी आंच में दवाकर भुर्ता-मा करें और इसका रस निचोड़कर तनिक मिश्री मिलाकर गिऐ, जिगर की गर्मी तथा पीलिया के लिए चमत्कारी औपधि है।

● **बच्चों का रोग**—एक घीयाकटू लेकर उसमें छिद्र करें। इस छिद्र में जितनी भी खूबकला आ सकें, भर दें। फिर काटा हुआ भाग ऊपर देकर गीली मिट्टी से लेप कर दें और तनिक खुश्क होने पर आग में दवा दें। जब देखें कि भुर्ता-सा हो गया होगा तो आग से निकाल लें और मिट्टी इत्यादि हटाकर खूबकला निकालकर पानी से साफ करके सुरक्षित रखें। आयु-अनुसार बच्चों को चार रस्ती से एक ग्राम तक थोड़े पानी में घोलकर पिलाए। बच्चों के प्राय रोगों के अतिरिक्त पुराने ज्वर के लिए चमत्कारी है।

● **तपेदिक**—ताजा घीयाकटू लेकर उसके ऊपर जो के आटे का लेप करके तथा कपड़ा लपेटकर भूभल में दवा दें। जब भुर्ता हो जाए तो पानी निचोड़कर शक्ति-अनुकूल पिलाते रहिए। पन्द्रह-बीस दिन में तपेदिक का रोग जड़ में चला जाएगा, भोजन हल्का और शीघ्र हजम होने वाला खाए।

● **गर्भ में**—गर्भिणी को यदि गर्भ की अवधि के आरम्भिक और अन्तिम मास में सत्तर ग्राम मिश्री के साथ प्रतिदिन सवा-मो ग्राम कच्चा घीयाकटू उपयोग कराते रहे तो गर्भ के बच्चे का रंग शर्तिया निखर जाएगा।

● **लडकी की वजाय लडका**—जिन स्त्रियों के यहां प्राय लडकियां उत्पन्न होती हो वे गर्भ ठहरने के एक मास पश्चात् कच्चा घीयाकटू (बीज-समेत) मिश्री के साथ इस्तेमाल करना शुरू कर दें और तीसरे मास के अन्त तक जारी रखें तो लडकी की वजाए प्राय लडका उत्पन्न होता है, यह अनुभव पचास प्रतिशत सफल रहा है।

● **गुर्दे का दर्द**—गुर्दे के दर्द में घीयाकटू वारीक करके और थोड़ा गरम करके दर्द से स्थान पर इसकी मालिश करके लेप करें, दर्द को तुरन्त आराम होगा।

## जामुन-चिकित्सा

लोग जामुन खाते हैं और गुठलियाँ बेकार समझकर फेंक देते हैं, हालांकि जामुन की गुठलियाँ बेकार वस्तु नहीं, यह कितने काम की वस्तु है, इसका अनुमान निम्नलिखित पक्तियों से लगाया जा सकता है .—

● **मरोड़**—जामुन की गुठली छाव में मुराकर चूर्ण बना लें। चार ग्राम यह चूर्ण दही की लस्सी के साथ दिन में तीन बार उपयोग करने से सर्व प्रकार के मरोड़ दूर हो जाते हैं। शरद ऋतु में दही की लस्सी के बजाए शरबत अर्जुन में मिलाकर चाट लें।

● **मोतियाबिन्द**—आँखों में पानी जाता हो या मोतियाबिन्द उतर रहा हो तो जामुन की गुठली खुशक करके वारीक पीस कर चार-चार ग्राम प्रातः व साय पानी के साथ उपयोग करें और जामुन की गुठली बराबर बजन मधु में पीस कर सलाई द्वारा प्रातः व साय आँखों में लगाएँ। प्रायः लोगों की यह धारणा कि एक बार मोतियाबिन्द उतरना शुरू होने पर रुकता नहीं, यह शीघ्र मिथ्या प्रमाणित कर देगी।

जामुन की गुठलियाँ सुखा कर और वारीक पीस कर तथा मधु मिलाकर बड़ी-बड़ी गोलियाँ या वक्तियाँ बना रखें। आवश्यकता के समय मधु में घिस कर लगाएँ। एक बार बनाकर वर्ष-भर तक काम में ला सकते हैं।

● **स्वप्नदोष**—जिन्हें रात्रि के समय बुरे स्वप्न के कारण या वैसे ही वीर्यपात होता हो, वे जामुन की गुठली का चूर्ण चार-चार ग्राम प्रातः व साय पानी के साथ करें।

● **खूनी दस्त**—जामुन की गुठली पन्द्रह ग्राम प्रातः व साय पानी में रगड़ कर पिलाना चाहिए।

● **आवाज बँठना**—जामुन की गुठलियों की मधु मिलाकर बनाई गोलियाँ मुँह में रख कर चूसने से बँठा गला ठीक हो जाता है और आवाज का भारीपन दूर हो जाता है। यदि देर तक उपयोग किया जाए तो देर से



विगड़ी आवाज भी ठीक हो जाती है। अधिक बोलने या गाने वालों के लिए यह एक चमत्कारी वस्तु है।

● **पतला वीर्य**—जिनका वीर्य पतला हो और तनिक-भी उत्तेजना से शरीर से बाहर निकल जाता हो, वे पाँच ग्राम चूर्ण जामुन की गुठली प्रतिदिन साय को गर्म दूध के साथ उपयोग करें, इससे वीर्य बढ़ता भी है।

● **संग्रहणी-मरोड**—जामुन के वृक्ष की छाल छाँव में सुखाकर वारीक पीसें और कपडछान करें। चार-चार ग्राम प्रातः, दुपहर और साय ताजा जल के साथ या गाय की छाछ के साथ सेवन करने से संग्रहणी, दस्त और मरोड में गुणकारी है।

● **जामुन की गुठली की गिरी**, आम की गुठली की गिरी, काला हल्ला (जग हरड) बराबर वजन लेकर चूर्ण बनाए। पानी के साथ चार ग्राम फाक लेने से दस्त बन्द हो जाते हैं।

● **मधुमेह**—छाँव में सुखाई छाल वारीक पीस कर आठ-आठ ग्राम प्रातः, दुपहर और साय ताजा जल के साथ सेवन करना मधुमेह के लिए गुणकारी है।

● **जामुन की गुठली का चूर्ण** पाँच रत्ती साय जल के साथ उपयोग करने से मूत्र में शरकरा आने के रोग में लाभप्रद है।

● **मासिक स्राव की अधिकता**—जामुन की पन्द्रह ग्राम तरबूज ताजा छाल आधा कप पानी में रगड़ कर और छान कर प्रातः और साय पिलाना स्त्रियों के प्रदर रोग तथा मासिक स्राव की अधिकता के लिए गुणकारी है।

● **लिकोरिया**—छाँव में सुखाई और वारीक पीस कर कपडछान की हुई जामुन की छाल पाच-पाँच ग्राम प्रातः व साय पानी के साथ उपयोग करने से लिकोरिया दूर हो जाता है।

● **सूजाक**—पन्द्रह ग्राम जामुन का तरबूज ताजा छिलका आधा कप पानी में घोट-छान कर प्रातः व साय पिलाना सूजाक को ठीक करता है।

जामुन की छाल छाँव में सुखाकर वारीक पीस कर और कपडछन करके आठ-आठ ग्राम प्रात व सायं पानी के साथ सेवन करना नूजाक के घाव को श्रच्छा करता है ।

● दन्त-रोग—जामुन की छाल छाँव में सुखाकर वारीक पीसकर कपड-छान करें । प्रात व साय मजन के रूप में दाँत और मसूढों पर मल कर मुह साफ पानी से साफ कर लेना चाहिए, दाँतो और मसूढों के समस्त रोग दूर हो जाते हैं तथा हिलते दाँत भी ठीक हो जाते हैं ।

## तरबूज-चिकित्सा

● सिर-दर्द—सिर-दर्द कई प्रकार का होता है । ऐसे सिर-दर्द के लिये जो गर्मी के कारण हो, नीचे निखे टोटेके लाभदायक हैं । केवल यह देख लिया जाए कि रोगी में गर्मी के चिह्न पाए जाते हैं या नहीं, अर्थात् यदि रोगी का सिर हाथ लगाने पर गर्म अनुभूत हो, या रोगी को सिर-दर्द की शिकायत आँच के निकट बैठने या धूप में चलने-फिरने के कारण शुरू हो तो ये नुस्खे लाभदायक हैं —

● तरबूज का गूदा मलमल के वारीक तथा स्वच्छ रुमाल में डाल कर निचोड़ें और रस को काँच के गिलास में डालकर थोड़ी मिश्री मिला कर प्रात पिलाना चाहिए, आराम होगा ।

● तरबूज के बीज या गिरी डरल या कूड़ी इत्यादि में डाल कर और पानी मिलाकर खूब घोटें कि मक्खन के समान मुलायम लेप बन जाए । रोगी के सिर पर यह लेप कर दे, सिर-दर्द तुरन्त ठीक हो जायगा ।

● वहम और पागलपन—यदि रोगी के वहम की तीव्रता के कारण पागलपन का भय हो रहा हो, दिन-भर इसी प्रकार के विचार सताते रहते हो, नींद बहुत कम आती हो तो निम्नलिखित नुस्खे उपयोग में लाएँ । इनके निरन्तर उपयोग द्वारा इक्कीस दिन में यह रोग दूर होकर रोगी स्वस्थ हो जाता है —

(1) तरबूज का गूदा निचोड़ कर निकाला हुआ एक कप रस गाए का दूध एक कप, मिश्री तीस ग्राम—एक सफेद बोतल में डाल कर रात्रि-समय

चाँद के प्रकाश में किसी खूँटी आदि से लटका दें और प्रातः निराहार रोगी को पिला दें, ऐसा इक्कीस दिन निरन्तर करते रहें, दिनोदिन वहम मिटता जाएगा ।

(2) पन्द्रह ग्राम तरबूज के बीज की गिरी-रात्रि-ममय पानी में भिगो दें और प्रातः घोट कर इसमें तीस ग्राम मिश्री तथा पचास ग्राम गाए का मक्खन मिला कर सेवन कराने से वहम दूर हो जाता है । इसमें यदि चार दाने छोटी इलायची भी मिला लें तो उत्तम है ।

● कर्क — यदि भोजन के पश्चात् कलेजा जलने लगता हो और फिर कर्क हो जाती हो — और कर्क में भोजन पीलापन लिए निकलता हो तो इसके लिये तरबूज सर्वोत्तम चिकित्सा है । प्रतिदिन प्रातः एक कप तरबूज का रस थोड़ी मिश्री मिला कर पी लिया करें, पाचन ठीक होकर कर्क की शिकायत जाती रहेगी ।

तरबूज निस्सन्देह एक मीठा और स्वादु फल है, परन्तु यदि इस पर काली मिर्च, काला जीरा तथा पिसा हुआ नमक छिड़क लिया जाए तो न केवल इसका स्वाद बढ़ जाता है बल्कि सर्वोत्तम पाचन औषधि भी बन जाता है । इसे खाते ही निरन्तर डकार आकर भूख चमक उठती है ।

● प्यास की तीव्रता — जिस व्यक्ति को बार-बार प्यास लगती हो और वह बार-बार पानी पीकर भी सन्तुष्ट न होता हो, उसके लिए तरबूज सेवन एक सर्वोत्तम चिकित्सा है । क्योंकि इससे मन प्रसन्न होकर सन्तुष्ट हो जाती है । आवश्यकतानुसार तरबूज का पानी निकाल कर काँच के गिलास में भर लें और इसमें थोड़ी मिश्री या शर्करा मिला कर पिलाएँ, बस अन्दर पहुँचने की देर है प्यास तुरन्त दूर हो जाती है ।

यदि प्यास की शिकायत क्षणिक हो तो दो या तीन बार में, वरन् पुरानी होने की हालत में निरन्तर सात-आठ दिन तक पिलाते रहने से पूर्ण स्वस्थ हो जाता है ।

● हृदय धड़कन — तरबूज की गिरी एक तोला पानी में घोट ध्यानकर मिश्री या चीनी से मीठा करके ठण्डाईके रूप में दिन में दो-तीन बार पिलाएँ ।

दिनोदिन डमका लाभ अनुभव होता जाएगा। इससे हृदय धडकन और हृदय की कमजोरी को पूर्ण आराम हो जाता है।

एक रोगी जो कि दिन में दो-तीन बार मूर्छित होकर गिर जाया करता था, इस उपचार से स्वस्थ हो गया।

● कब्ज—कब्ज के लिए भी कई दिन तक तरबूज का उपयोग करना लाभदायक है, क्योंकि जहां तरबूज खाने से भूख जारी होता है वहीं शोच भी खूब बूल कर होता है। निरन्तर दस दिन खाकर देखिये, फिर कहिएगा कि कब्ज कहा गई।

● सूजाक—तरबूज में ऊपर से इस ढंग से छिद्र करें कि इसे निकाले हुए टुकड़े से फिर बन्द किया जा सके। अब इसमें शोरा कलमी आठ ग्राम और मिश्री नाठ ग्राम डालकर फिर ऊपर से बन्द कर रात्रि समय चादनी में रख दें। प्रातः मलमल के स्वच्छ रुमाल से छ्यान कर काच के गिलास में रोगी को पिलाए, मात-दिन में सूजाक को अवश्य आराम होगा।

● गर्मी का ज्वर—बैद्यों ने ज्वर हो जाने के बहुत से कारण बताए हैं। उनमें एक यह भी है कि मनुष्य घूप में अधिक चलने फिरने से भी ज्वर में अस्त हो जाता है। इसलिए यहाँ ऐसे ज्वर की ही चिकित्सा दी जा रही है जो गर्मी के कारण हुआ हो। ऐसे ज्वर के लिये तरबूज एक बहुत बढ़िया उपचार है। दिन में दो-तीन बार इच्छानुकूल तरबूज खाइये, ज्वर उतर जाएगा।

● ववासीर—ववासीर एक ऐसा रोग है जिसके पजे में आजकल नव्वे-प्रतिशत लोग जकड़े हुए हैं। ववासीर के लिए यहाँ एक कई बार का अनुभूत व चमत्कारी नुस्खा दिया जा रहा है जो कि अत्यन्त सुलभ और सरल होने के बावजूद बहुत गुणकारी है।

एक बड़ा और अच्छा तरबूज लेकर ऊपर में एक टुकड़ा चाकू या छुरी से काट लें, और इस तरबूज में नवा-सी ग्राम मजीठ और सवा-सी मिश्री कूजा बढ़िया या बोकानेरी मिश्री वारीक करके ढालें ऊपर से वही कटा हुआ टुकड़ा लगा दें। अब इसे किमी अनाज की बोरी में पन्द्रह दिन तक पड़ा रहने दें और तत्पश्चात् निकल लें। तरबूज में जो रस निकले उसे मलमल के स्वच्छ रुमाल द्वारा निचोड़ें और शीशी में डाल रखें।

सेवन-विधि—सारा रस सात रोज में पी ले, ववासीर में छुटकारा मिल जाएगा। गर्म पदार्थ विशेषतः मिर्च, लहसुन, गुड़ तथा वैगन इत्यादि से परहेज करें और भोजन में मूंग की दाल, रोटी, दूध-घी इत्यादि ही रहे।

## नारंगी-चिकित्सा

● नजला और जुकाम—खूब पकी हुई नारंगी का चौथाई किलो रस धीमी आंच पर रखे और 170 फारेनहाइट तक गर्म करें, फिर पांच ग्राम वनपशा के पत्ते डाल कर तुरन्त नीचे उतार लें, और पांच मिनट तक वर्तन का मुह बन्द रखें। तत्पश्चात् छानकर गरम-गरम पिला दें। दिन भर जब भी प्यास लगे यही प्रयोग करें। खाना बिल्कुल न खाना चाहिए। एक-दो दिन में तबीयत ठीक हो जायेगी।

● खांसी—खटाई खासी के लिये हानिकारक समझी जाती है परन्तु नारंगी की खटाई खासी के लिए एक लाभदायक पदार्थ है। अच्छा तरीका यह है कि खांसी में पकी हुई नारंगी के रस में मिश्री डाल कर पिया करें।

● भूख न लगना—यदि आप अनुभव करते हैं कि भूख बहुत कम लगती है, खाया-पीया जल्दी पचता नहीं और भोजन करने के पश्चात् इसके स्वाभाविक आनन्द से वंचित रहते हैं तो निम्नलिखित टोटके से काम लेकर अपनी भूख ठीक कीजिए।

नारंगी छीलें और ऊपर चूर्ण सोठ तथा काला नमक छिड़क कर खाए, एक सप्ताह में ही भूख पहले से कहीं अधिक हो जाएगी।

● पसली का दर्द—नारंगी की फाकें छिलका उतार कर छाव में सुखा लें और कूट कर तथा कपडछन कर पानी के साथ सेवन करे, एक दो बार के उपयोग से पसली का दर्द चला जाएगा।

● टाइफाइड—टाइफाइड (सन्निपात ज्वर) के रोगी के लिए ऐसे आहार की आवश्यकता होती है जिसमें प्रोटीन की मात्रा न होने के समान हो। क्योंकि रोगी की पाचन-शक्ति क्षीण होती है। रोगी को ऐसा आहार

मिलना चाहिए जो मेदे पर भार न बने और तुरन्त पच जाए। ऐसी आवश्यकता केवल नारंगी का रस ही पूरी कर सकता है। प्रतिदिन पाच-सात नारंगी का रस (थोड़ी-थोड़ी मात्रा में) जहाँ रोगी को अधिक कमजोर नहीं होने देता वहाँ बढ़ती हुई प्यास भी बुझाता है। इसके अतिरिक्त नारंगी का रस शरीर से विषैला मल खारिज करता है। यदि रोगी को जी का दलिया देना हो तो इसमें नारंगी का रस शामिल कर लेना चाहिए।

● हृदय-बलवर्द्धक शर्वत—नारंगी का रस एक किलो, मिश्री एक किलो भर्क वेदमुश्क पाव किलो, अर्क बथोडा पाव किलो—सब को मिलाकर शर्वत की चाशनी तैयार करें। तीस ग्राम से साठ ग्राम तक एक कप पानी में मिला कर उपयोग करें, गर्मी की तीव्रता को दूर करता है, हृदय को बल प्रदान करता है।

● नारंगी पेय—एक नारंगी का रस, चीनी आवश्यकतानुसार, खाने का सोडा एक ग्राम।

एक गिलास पानी में आवश्यकतानुसार कोई शर्वत मिला लें और खाने का सोडा इसमें घोल दें। अब एक ताजा नारंगी छीलें और छिलके को दबा कर दो चार बूंद इसका रसशर्वत के गिलाम में डालें, सावधान रहे कि बहुत अधिक न पड़ जाए वरन् स्वाद बिगड़ जाएगा। फिर नारंगी की फाँकें स्वच्छ कपड़े में दबा कर रस निकालें और इसे शर्वत में मिला दें, तुरन्त उफान उठेगा। उफान पैदा होते ही गिलास को मुह लगा कर पी जाइए, अत्यन्त जायकेदार शर्वत है।

गुण-धर्म—मेदे की मृजन तथा चुभन को तुरन्त शान्त करता है। ग्रीष्म ऋतु में इसका उपयोग मन को शान्ति प्रदान करता है, बच्चों के सुटो को खोलता है। पीलिया के लिये एक चमत्कारी औषधि है।

गर्मी में यात्रा करने के पश्चात् उपयोग करने से थकावट दूर करता है, पाचन बढ़ाता तथा खूब भूख लगाता है।

● नेत्र रोग—नारंगी का रस और मधु बराबर वजन मिला कर रखें।

दो-दो बूंद प्रातः तथा रात्रि को सोते समय आँखों में डालें। खुजली, घुन्घ, तथा कुक्करे दूर करती है।

● सुन्दर सन्तान—गर्भ-अवधि में नारंगी का अधिक उपयोग सुन्दर सन्तान उत्पन्न करने का एक गहरा रहस्य है, जिसका जी चाहे आजमा कर देख ले ।

## नींबू चिकित्सा

● खासी—एक नींबू के रस में एक रत्ती लींग का चूर्ण मिलाकर थोड़े पानी में घोलें और प्रति आठ घंटे पिलाते रहें ।

● मुँहासे—एक कप उबलते हुए दूध में एक नींबू का रस मिलाइये और इस पर मलाई न जमने दीजिए और गाढ़ा करके प्रातः समय तैयार कर रखिए । सोते समय यह क्रीम (गाढ़ी मलाई) मुँहामों पर लगाइये ।

● खुजली—नारियल के तेल में दो नींबू का रस मिला कर पकाए, इस गाढ़े लेप को खुजली के दानों पर लगाना लाभदायक है ।

● मितली—आधे नींबू का रस, एक रत्ती जीरा, एक रत्ती चूर्ण दाना छाटी इलायची—मव मिलाकर छ-छ घंटे पश्चात् उपयोग करें ।

● पेट-दर्द—नमक तीन औंस, चूर्ण अजवाइन एक ग्रेन, चूर्ण जीरा दो ग्रेन, चीनी तीन ग्रेन और आधे नींबू का रस, मव चीजें मिला कर उपयोग कीजिए ।

● दन्त-पीडा—चूर्ण लींग एक छोटा चम्मच-भर नींबू का रस मिला कर दातों पर मलने से पीडा दूर होती है ।

● तीव्र जुकाम—दो नींबू के रस में डेढ़ कप खोलता हुआ पानी डालें और इच्छानुकूल मधु से मीठा कर रात्रि को सोते समय पीए, जुकाम की रामवाण औषधि है ।

दूसरा योग—नींबू को खादी के ऐसे कपड़े में जो पानी में भीगा हुआ हो लपेट कर ऊपर से चिकनी मिट्टी का लेा कर दें और गरम राख में दबा दें, ताकि भुर्ता-सा हो जाए । फिर गरम-गरम निकाल कर इसका रस

निकालिए । यह रस तुरन्त ही रोगी को पिला देने से जुकाम भाग जाएगा । यदि इसमें थोड़ी मात्रा शुद्ध मधु की भी मिला ली जाए तो और भी अच्छा है ।

● **बुखार में प्यास**—सब प्रकार के बुखार में प्यास अधिक लगती है । इसके लिए नीबू का रस अत्यन्त लाभदायक है । यह चाय के चार चम्मच से लेकर छह चम्मच की मात्रा तक लिया जा सकता है ।

● **दस्त व मरोड़**—शौच जब कष्ट से हो रहा हो, या शौच के सग्राव भी आ रही हो तो ऐसे समय नीबू का उपयोग बहुत अच्छा रहता है ।

रोगी को एक नीबू का रस आधा कप पानी में मिलाकर पिलाए और इसी प्रकार दिन में पाँच-सात बार दें । दस्त चाहे कितने ही तीव्र हो, इससे बन्द हो जाते हैं ।

● **दूसरा योग**—गर्म दूध नीबू के रस द्वारा फटा कर पीना मरोड़ तथा जुलाब के लिये उपयोगी है ।

● **सग्रहणी**—दवा एकदम नाधारण, सेवन विधि नितान्त सुगम और रोग अत्यन्त घातक—निश्चय ही एक चमत्कार गिना जाएगा ।

एक नीबू बीच से काट कर मूँग के बराबर इसमें अफीम डालकर डोरी से बाँध लें । फिर उसे आंच पर लटका कर पकाए । जब पक जाए तो इस नीबू का रस चूसें, तीन दिन ऐसा करें, निश्चय ही सग्रहणी दूर हो जाएगी ।

● **सिर चकराना**—गर्म पानी में एक नीबू निचोड़ कर पीने से जिगर विकार के कारण सिर चकराना तथा आँखों की चकाचौध दूर हो जाती है ।

● **सुगम-प्रसव**—जिन स्त्रियों को प्रसव समय पीड़ा हुआ करती है, यदि, वे चौथे मास से प्रसव तक एक नीबू का शर्बत बनाकर प्रतिदिन पिया करें तो उन्हें बिना कष्ट के प्रसव हो जाएगा ।

● **व्यूटीलेशन**—नीबू का रस (तीन बार कपड़े में छलना) तीस ग्राम, गुलाब अर्क (तीन आतिशा) तीस ग्राम, बढिया ग्लिसरीन तीस ग्राम—तीनों वस्तुएँ शीशी में अच्छी प्रकार मिला लें । चेहरे का सौन्दर्य बढ़ाने के लिए एक उत्तम लोशन तैयार है । चेहरे के घब्रे, मुहासे, कील इत्यादि दूर करने



के लिए अत्यन्त गुणकारी है। चेहरे का रंग निखरता तथा त्वचा रेशम के समान मुलायम हो जाती है।

● त्वचा शोधक—किसी ऋतु विशेष में त्वचा अत्यन्त भट्टी-भौ लगने लगती है और विशेषकर गर्दन बहुत मैली-मैली दिगती है। यदि निम्नलिखित द्य से नीवू उपयोग किया जाए तो त्वचा शीघ्र ही अपने अमली और आकर्षक रंग पर आ जाती है।

एक भाग ग्लिसरीन (या आधा भाग ग्लिसरीन और आधा भाग अर्क गुलाब) और तीन भाग नीवू रस—दोनों मिलाकर एक फाये द्वारा गर्दन पर लगाइये। घोल को खूब अच्छी प्रकार त्वचा में रचाइये। यह प्रयोग रात्रि को सोते समय करना चाहिए। रात्रि-भर गर्दन इसी हालत में रहने दीजिए, दूसरे दिन प्रातः धो डालिए। दो-तीन दिन तक ऐसा करने से त्वचा के सौन्दर्य में भरसक वृद्धि होगी।

● रस रहित नीवू (जिनका रस निकाल लिया गया हो) नहाने के लिए उबटन का काम देते हैं। इनसे खूब निखार आता है और पानी में जो प्राकृतिक खुशकी-सी रहती है, उसे दूर करते हैं। नीवू के छिलके गर्दन पर, हाथों पर तथा सारे शरीर पर खूब मलिए, ऐसा करने से रंग निखरता है और त्वचा मुलायम हो जाती है।

● ग्लिसरीन साठ ग्राम, नीवू का रस पन्द्रह ग्राम, कारवाल्क एसिड बीस वूद—सबको मिलाकर खूब हिलाए, वम तैयार है। प्रतिदिन दोनों समय चेहरे पर मालिश करके कुछ मिनट पश्चात् पानी में धो दें, थोड़े ही दिनों में चेहरे के सब धब्बे, कील तथा छाइया आदि दूर होकर चेहरा चमक जाएगा।

● दाद के दो सर्वोत्तम नुस्खे—दाद एक ऐसा रोग है जो कठिनता से ही दूर होता है। प्रायः जब पसीना आता है तो दाद में अत्यधिक गुजली होती है। नीवू इसकी ठीक चिकित्सा है।

(1) कागजी नीवू के रस में बारूद पीसकर दाद पर लेप करें। इससे दाद कितना ही पुराना हो निश्चय ही आराम हो जाता है। इसकी एक यह

भी खूबी है कि इसे अधिक देर तक उपयोग करने की आवश्यकता ही नहीं पड़ती ।

(2) नौसादर नीबू के रस में पीसकर दाद पर लेप करने से कुछ ही दिनों में दाद को आराम हो जायेगा ।

● सोने की जलन—आधे नींबू का रस आधा कप पानी में मिलाकर पीने से सोने की जलन में बड़ा आराम मिलता है ।

● तिल्ली—तिल्ली बढ जाने की हालत में नीबू का उपयोग बहुत गुणकारी सिद्ध हुआ है ।

दो नीबू के दो-दो टुकड़े कीजिए और नमक छिड़क कर तथा थोड़ा गर्म कर चूसिए । कई दिन तक ऐसा करते रहने से बड़ी हुई तिल्ली अपनी असली अवस्था में आ जाएगी ।

● मलेरिया—एक बड़े नीबू के पतले-पतले टुकड़े कर मिट्टी के बर्तन में दो कप भर पानी के साथ इतनी देर पकाए कि आधा पानी रह जाए । इसे रात्रि-भर खुली जगह रखकर ठण्डा किया जाए और प्रातः पिलाया जाए, अत्यंत लाभदायक है ।

● बवासीर—कागजी नीबू काटकर दोनों टुकड़ों पर पिस हुआ कत्था डालकर नीबू में जितना रच सके रचा दें । फिर दोनों टुकड़े प्लेट में रखकर बाहर ओस में रख दें । प्रातः दोनों टुकड़े चूस लें । पहली ही मात्रा से खून चन्द हो जाता है और भूख भी खूब लगती है ।

● हैजा—नीबू गर्म करके चीनी लगाकर चूसना मितली तथा हैजे के लिए उपयोगी है ।

मात्रा : दो नीबू । हैजे में नीबू और प्याज के रस में चीनी मिलाकर शर्वत तैयार कर लें । आवश्यकता पड़ने पर थोड़ा-थोड़ा चाटें । शर्वत चीनी के बर्तन में तैयार करें ।

● हिस्टीरिया—भुनी हींग के सग नीबू उपयोगी है ।

मात्रा : एक रत्ती हींग और आठ ग्राम नीबू का रस । एक मास तक निरंतर उपयोग करने से आराम हो जायेगा ।

● मोतियाबिंद—यदि मोतियाबिंद होने के लक्षण प्रकट हो जाए, यानि धु धला दिखाई देने लगे तो सेंधा नमक नीबू के रस में रगड़कर तनिक-सा आँख में काजल की तरह लगाने से मोतियाबिंद रुक जाता है ।

● श्वास की दुर्गन्ध—जिस व्यक्ति के मुँह से दुर्गन्ध आ रही हो उसका दूसरो के बीच बैठना मुसीबत हो जाता है । इसकी चिकित्सा निम्न-लिखित तरीके से कीजिए

नीबू का ताजा रस एक भाग, गुलाब अरक दो भाग—दोनों मिलाकर प्रतिदिन प्रातः व साय इससे कुल्लिया करें । इससे न केवल श्वास की दुर्गन्ध दूर होकर सुगन्ध आने लगेगी बल्कि मसूढों के घाव, मासखोरा आदि रोग भी दूर हो जाते हैं । इसके अतिरिक्त दाँत साफ होते हैं और मुँह सब प्रकार के कीटाणुओं के प्रति मुग्ध हो जाता है ।

● गर्भपात की घमत्कारी दवा—अफीम साफ की हुई (पकाई हुई) पन्द्रह ग्राम, रसौत शुद्ध साफ की हुई (पकाई हुई) साठ ग्राम । किसी साफ खरल में नीबू के रस या अनार के रस में एक घंटा तक खरल कर आधी-आधी रस्ती की गोलियाँ बनाए ।

गर्भपात के समय इसकी कुछ गोलियाँ उपयोग की जाए तो गिरता हुआ गर्भ रुक जाता है । अवसरानुकूल पन्द्रह-पन्द्रह मिनट या एक-एक घंटे पश्चात् दो-चार गोलियाँ ग्रीष्म-ऋतु में शरित सदल से और शरद ऋतु में चावल की माड से दें ।

## अनार-चिकित्सा

● नेत्र-खुजली—अनार के दानों के रस को तावे की कटीरी में डालकर आँच पर पकाएँ, गाढ़ा होने पर जस्त के डिल्वे में रख लें । प्रतिदिन एक-एक सलाई आँखों में लगाने से आँखों की खुजली, पलकों के बल गिरना, आँखों का लाल रहना इत्यादि कष्ट दूर हो जाते हैं ।

● आँख की सुखी व दर्द—खट्टा अनारदाना (खुश्क) पानी में भिगोकर मलें । इस प्रकार लगभग साठ ग्राम पानी तैयार करके इसमें एक ग्राम अफीम

और तीन ग्राम फिटकरी घोलकर आंच पर पकाए। जब सारा पानी ढालकर घोल गोलियां बनने योग्य गाढ़ा हो जाए तो लम्बी-लम्बी सलाइयां-नी बनाकर रख दें।

**नेवन-विधि :** आवश्यकता पड़ने पर रात्रि समय एक सलाई अर्क गुलाब या नादे जल में घिसकर आँखों के आसपास लेप करें।

**गुणधर्म :** दर्द, टोस तथा मुर्खों के लिए एक चमत्कारी औषधि है। प्रायः पहले दिन ही भरसक आराम होता है।

● दाँतो से खून आना—दाँतो या मनुढों में खून आता रहता हो तो निम्नलिखित नुस्खा तैयार करके उपयोग में लाइये—

अनार के फूल छाँव में नुचाकर बारीक कर लीजिए। प्रातः व माय मंजन की तरह दाँतों में लगाए, खून बन्द हो जाएगा। इस प्रकार हिलते दाँत भी मजबूत हो जाते हैं।

● पेट-दर्द—अनार के दाने निकाल लीजिए—नमक और काली मिर्च पिसी ठूँस छिटाकर रस चूसें, पेट-दर्द तुरन्त दूर हो जाएगा। जिन्हे भूख न लगती हो वे इसी तरह प्रातः सेवन करें।

● जिगर व मेदा विकार—अनार का रस एक किलो किसी स्वच्छ वर्तन में कुछ घंटे रग दीजिए ताकि निखर जाए। अब इस निखरे रस को दूसरे वर्तन में ढालकर चौथाई किलो मिश्री घोलें और तत्पश्चात् मोफ का बारीक चूर्ण पन्द्रह ग्राम मिला दें। अब इसे बोतलों में भर लीजिए, बोतल का एक तिहाई भाग खाली रहे। इन बोतलों को कार्क लगाकर धूप में रखें और कभी-कभी इन्हें हिलाते भी रहें। एक सप्ताह पश्चात् उपयोग करना शुरू करें।

**नेवन-विधि :** पचाम में सत्तर ग्राम तक दिन में दो बार। इससे भूख बढ़ती है, दिल को ताकत मिलती है, वीर्य बढ़ता है और चेहरे का रंग लाल होने लगता है।

● पीलिया—अनार के दानों का रस एक छटाक रात्रि-समय लोहे के एक स्वच्छ वर्तन में रग दें, प्रातः थोड़ी मिश्री मिलाकर पियें—कुछ ही दिनों में पीलिया दूर होकर खून पैदा होने लगेगा।

● **हृदय-वलवर्द्धक शर्वत**—अनार के दानों को निचोटाकर एक किनो रस निकालें और इसमें तीन किनो चीनी मिलाकर साधारण गीति में चाननी बना लें। प्रातः व साय साठ-माठ ग्राम यह शर्वत ताजा जन में मिलाकर उपयोग करें, इससे प्यास बुझती है, कं दूर होती है, दिन को बल मिलना है तथा दिल की धड़कन के लिए गुणकारी है।

● **भूख बढ़ाने वाला शर्वत**—मीठे अनार का रस सवा-नौ ग्राम, मट्टे अनार का रस सवा-सौ ग्राम, सेव का रस चौथाई किलो, नीबू का रस चौथाई किलो, हरे पोदीने का रस चौथाई किलो तथा मिश्री दो किलो—शर्वत बना लें।

**सेवन-विधि** पचास-पचास ग्राम प्रातः व माय।

यह शर्वत जिगर तथा मेदे के विकार दूर करके खूब भूख लगाता है। हैजे के दिनों में इसका उपयोग अत्यंत लाभदायक मिद्ध होता है।

## अनार का छिलका

● **नेत्र-रोग**—अनार का छिलका बीस ग्राम कूटकर दो किलो पानी मिला कर ताँवे के बर्तन में गर्म करें। पानी चौथाई रह जाने पर उतारकर छान लें। फिर दोबारा आंच पर चढ़ाएँ, मधु के समान गाढ़ा हो जाने पर ठण्डा करके शीशी में भरे। दोनों समय सलाई द्वारा आँखों में लगाए। आँखों की जलन, गर्मी तथा घु घ दूर होती है।

● **खासी**—अनार का छिलका आठ भाग, मेँधा नमक एक भाग। तूब वारीक पीसकर कपडछन करें और पानी के साथ एक-एक ग्राम की गोनिया बनाएँ। दिन में तीन बार एक एक गोली मुँह में रखकर चूसें, खासी दूर हो जायेगी।

● **ववासीर**—अनार का छिलका वारीक पीसकर आठ-आठ ग्राम प्रातः व साय ताजा जल के साथ उपयोग करने से खूनी ववासीर दूर हो जाती है।

● **मूत्र की अधिकता**—अनार का छिलका पीसकर चार से छह ग्राम तक ताजा जल के साथ कुछ दिन तक उपयोग करने से लिंगेन्द्रिय की गर्मी तथा मूत्र की अधिकता दूर होती है।

● **स्वप्न-दोष**—अनारका छिनका पीसकर चार-चार ग्राम पानी के साथ प्रातः व साय उपयोग करें ।

● **मुंह की दुर्गन्ध**—यदि मुंह से पानी आता हो या मुंह में दुर्गन्ध पैदा होती हो तो तीन-तीन ग्राम पिसा हुआ छिलका पानी से प्रातः व साय उपयोग करें तथा छिलका उबालकर गरारे और कुलिया करें ।

## अंगूर-चिकित्सा

अंगूर द्वारा कई रोगों की सफ़ल चिकित्सा की जा सकती है —

● **कान की पीप**—कान से पीप बहती हो तो खट्टे अंगूर का रस आंच पर रखकर पका लीजिए । गाढ़ा होने पर किमी खुले मुंह की शीशी में रखिए । आवश्यकता पड़ने पर दो भाग मधु में मिला कर और गुनगुना करके कान में डालें, कुछ दिनों में ही पीप बिल्कुल बन्द हो जाएगी ।

● **वालझड़**—वालझड़ यानि गज के लिए बढिया किशमिश एक भाग और एलवा आधा भाग खरल में पीस लें और पानी मिलाकर लेप तैयार करें । कुछ दिन तक यह लेप लगाने से गज दूर होकर वाल पैदा हो जायेंगे ।

● **खासी**—गिरी बादाम पन्द्रह ग्राम, चूर्ण मुल्हेठी पन्द्रह ग्राम, बीज रहित मुनक्का पन्द्रह ग्राम—सभी कूट-पीसकर चने के बराबर गोलिया चनाए । एक-एक गोली मुंह में रखकर चूसते रहे, खासी से छुटकारा मिल जायेगा ।

● **आंख दुखना**—खट्टे अंगूर का रस ट्रापर द्वारा दो-दो बूंद दुखती आंखों में डालें, आराम हो जाएगा ।

● **आंख में खुजली**—आंखों में खुजली हो, पलकों के बाल गिरने लगें तो अंगूर का रस आंच पर रखकर पकाए और गाढ़ा होने पर शीशी में डालकर रखें । रात्रि ममय सलाई द्वारा आंखों में लगाने से आराम होगा ।

● **नकसीर**—मीठे अंगूर का रस नाक में खींचने से नकसीर तुरन्त चन्द हो जाती है ।

● स्त्री रोग—योनि से श्वेत पदार्थ बहता रहता हो, पाचन विगट गया हो, चेहरा बेनूर हो रहा हो, पेट फूल गया हो, कब्ज और गिर दं की शिकायत रहती हो तो अगूर का रस चार-पाच चम्मच-भर प्रातः व साय उपयोग करने में लाभ होता है। गर्भिणी को यदि दैनिक उपयोग कराया जाए तो उसे मूर्छा, चक्कर, दतपीडा, मरोट, अफरा और कब्ज आदि शिकायतें नहीं होंगी। गर्भ का वच्चा भी स्वस्थ तथा बलवान होगा—यदि किसी ऋतु में अगूर उपलब्ध न हो तो किशमिश काम में लाई जा सकती है। किशमिश—अगूर का सूखा हुआ फल है।

● हृदय बलवर्धक—किशमिश खच्छ तीस ग्राम, केसर चार रत्ती—रात्रि समय मिट्टी के प्याले में एक कप पानी डालकर भिगोए और प्याले पर एक वारीकसर-कपडा बांधकर ओस में रख दें। प्रातः किशमिश खाकर ऊपर से यह पानी पी लिया जाए तो हृदय को बल मिलता है।

● मिरगी—चूर्ण अशकहा पन्द्रह ग्राम और बीजरहित मुनक्का तीस ग्राम—दोनों को रगटकर चटनी बनाए। दो ग्राम दैनिक मात्रा में आरम्भ करके तीन-चार ग्राम दैनिक तक पहुँचाए और इम कोहियो के दाम की औषधि का चमत्कार देखें।

● पीलिया—बीजरहित मुनक्का पन्द्रह दाने सिरका अगूरी तीस ग्राम में रात्रि समय भिगो दें। प्रातः थोड़ा नमक व काली मिर्च लगाकर उपयोग किया जाए, कुछ ही दिनों में पीलिया से छुटकारा मिल जाएगा।

● कब्ज—मीठी किशमिश (जिसमें खटास बहुत कम हो) तीस ग्राम प्रतिदिन निरन्तर पन्द्रह दिन तक खाते रहें। किशमिश न मिले तो स्वभाव-अनुकूल बीस या तीस ग्राम बीजरहित मुनक्का खा लिया करें। पुराने कब्ज में भी लाभदायक है।

● गुर्दे का दर्द—अगूर की बेल के तीस ग्राम पत्तो को पानी में पीसकर छान लीजिए और नमक मिलाकर पीजिए, गुर्दे दर्द का तडपता हुआ रोगी इससे चैन पा जाएगा।

● मासिक धर्म की रुकावट—बादाम गिरी (छिलका समेत) पचास ग्राम, हरी किशमिश सवा सौ ग्राम, नारजेल सौ ग्राम, बढिया छुहारे आठ दाने—

सबको कूटकर रख लें। मासिक धर्म के दिनों में सप्तर ग्राम प्रतिदिन नमं दूध के साथ उपयोग करते रहने पर मासिक धर्म खुलकर जारी हो जाएगा।

● वच्चों की कब्ज—वच्चे को कैसी ही कब्ज क्यों न हो, एक चम्मच रस के पश्चात् ही शीघ्र हो जाएगा। दांत निकलते समय दैनिक प्रातः व साय रस देने से वच्चा न अधिक रोता है और न उसे दात निकलने में अधिक कष्ट हो होता है। इसके अतिरिक्त वच्चे को सूखे का रोग भी नहीं होने पाता। जिन नन्हें वच्चों को चक्कर और फिट आते हैं उन्हें भी यदि अगूर का रस दिन में तीन बार पिलाया जाए तो निश्चय ही कुछ दिनों में फिट आने का रोग दूर हो जाता है और स्वास्थ्य बहुत अच्छा हो जाता है।

## सेव चिकित्सा

● भ्रांख की लाली—सेव का टुकड़ा काटकर तथा छीलकर और नमं करके (कूट कर) दुखती आंख पर रखकर ऊपर से स्वच्छ मलमल की पट्टी बांध देने में आराम होगा।

● सिर दर्द—एक या दो सेव छीलकर और नमक लगाकर निराहार खूब चबाकर खाइये। तीन-चार के उपयोग से तीव्र-से तीव्र सिर-दर्द को आराम हो जाएगा।

● दिमाग की कमजोरी—आजकल कमजोर दिमाग के रोगी बहुत पाए जाते हैं, वल्कि यो कहना चाहिए कि जितने नज़ला-जुकाम के स्थायी रोगी दृष्टिगोचर होते हैं उनमें अस्सी प्रतिशत रोगी वास्तव में कमजोर दिमाग के रोगी हैं। ऐसे रोगियों को मजला-जुकाम रोकने वाली औषधियों से इस कारण लाभ नहीं होता कि वास्तव में उनकी बीमारी दिमाग की कमजोरी होती है। इसीलिए जब तक दिमाग की कमजोरी दूर न हो ऐसे रोगियों का स्वस्थ होना असम्भव है।

भोजन से दस मिनट पहले एक या दो सेव (बढिया) बिना छीले चबा-चबाकर खाइये, थोड़े ही दिनों में दिमाग की कमजोरी दूर हो जाएगी।



● खांसी—एक पका हुआ मेव कूटकर स्वच्छ रंग में निचोटकर रस निकालिए, थोड़ी मिश्री मिलाकर प्रातः पिलाए। कुछ दिनों के उपयोग से खांसी भाग जाएगी।

● कैं—कच्चे मेव का रस थोड़ा नमक मिलाकर पिलाए, तुरन्त कैं बन्द हो जाएगी।

● पेट के कीड़े—रात्रि को सोते समय एक-दो मेव खाए, ऊपर न पानी हरगिज न पिए। सात दिन तक ऐसा करने से पेट के कीड़े मर कर शौच द्वारा निकल जायेंगे।

● प्यास की तीव्रता—दो सेव का रस एक कप पानी में मिला कर पिलाने से प्यास की तीव्रता दूर हो जाती है।

● चमत्कारी टॉनिफ—प्रतिदिन निराहार तीन-चार मेव खाकर ऊपर से दूध पिया जाये तो एक-दो मास में ही स्वास्थ्य में आश्चर्यजनक परिवर्तन हो जाएगा। त्वचा का रंग निखरता है, चेहरे पर नाली भनकती है तथा यौन सम्बन्धी सब कमजोरियाँ दूर हो कर शरीर में जीवनदायक स्फूर्ति दौड़ने लगती है। संक्षेप में यह कि इस उपयोग द्वारा वे तमाम गुण प्राप्त हो जाते हैं जिनकी चर्चा बड़ी-बड़ी कीमती दवाइयों के विज्ञापनों में तो पायी जाती है परन्तु जो वास्तव में किसी औषधि द्वारा प्राप्त नहीं होते।

● यौन-बलवर्द्धक—एक पका हुआ सेव छीलकर उसमें जितने भी लोंग आ सकें चुभोए, एक मप्ताह पश्चात् ये लोंग निकालकर किसी शीशी में रख लें। प्रातः दैनिक चार से छह लोंग तक उपयोग करें और फिर देखें कितना शक्तिदायक है।

इस सुगम चुटकले का यदि काफी देर तक उपयोग किया जाए तो कमजोर से कमजोर व्यक्ति को भी पूर्ण युवा बना देता है।

● उपयोगी चाय—सेव के छिलके की बहुत मजेदार तथा सुगन्धित चाय तैयार होती है जो साधारण चाय, कहवा तथा कॉफी की तरह हानिकारक होने की वजाए स्वास्थ्यवर्द्धक सिद्ध हुई है। बूढ़ों और कमजोरों के लिए इसे विशेषकर लाभदायक पाया गया है। इसमें यदि आवश्यकतानुसार

तथा इच्छानुकूल नीबू का रस मिला लिया जाए तो इसके गुणवर्म में तीन गुणा वृद्धि हो जाती है।

यह चाय रोगोपरान्त होने वाली कमजोरी दूर करने के लिए सुप्रसिद्ध पेय 'ओवल्टीन' का काम देती है।

## अनन्नास चिकित्स।

● गर्मी-तोड़ शर्वत—गर्मियों में अनन्नास का शर्वत पीने से दिल व दिमाग को चैन प्राप्त होने के अतिरिक्त प्यास बुझ जाती है। मेदे और जिगर की गर्मी को शान्त करता है और मूत्र खुलकर लाता है। यदि किसी को पत्थरी की शिकायत में मूत्र द्वारा रेत खारिज हो तो मूत्र लाने के गुण के कारण यह और भी उपयोगी सिद्ध होता है।

साधारणतः अनन्नास का रस निकालकर इच्छानुकूल मिश्री या चीनी मिलाकर पीते हैं। परन्तु प्रत्येक स्थान पर तथा प्रत्येक ऋतु में अनन्नास उपलब्ध न होने के कारण इसका शर्वत बनाकर रख लिया जाता है। शर्वत तैयार करने की विधि इस प्रकार है

अनन्नास छीलकर उसका बीज निकालें, तत्पश्चात् फाकें काटकर लकड़ी या पत्थर की ओखली में कूटकर रस निकालें। यह रस एक किलो हो तो इसमें गुलाब अर्क और अर्क वेदभुक्क प्रत्येक डेढ़ सौ ग्राम और नीबू रस सत्तर ग्राम मिला लें। और तीन किलो चीनी डालकर धीमी आंच पर (वर्तन ढक कर) इतना पकाए कि शर्वत पूरी तरह पक जाए।

भाठ-सत्तर ग्राम यह शर्वत अर्क गांजवान या ताजे जल में बनाकर पीए। दिल व दिमाग को शांत करता है, प्यास बुझाता है तथा खुलकर मूत्र लाता है।

● अनन्नास का मुरब्बा—उपरोक्त विधि से अनन्नास छीलकर और बीज में पृथक् कर गोल-गोल फाकें काट लें, तत्पश्चात् थोड़े पानी में पकाए, यहां तक कि वे गल कर नर्म हो जाए। अब इन फाकों को फैलाकर फुरेरा करें और फिर चीनी की चाशनी में डाल रखें। दो-तीन दिन पश्चात् चाशनी की आंच करें—यदि वह पतली लगे तो दोबारा पकाकर ठीक कर लें।

यह मुरझा दिल को बन तथा चैन प्रदान करता है, मूत्र भी नाना है ।

● अजीर्ण—अनन्नास को फाकें कीजिए और पानी नमक तथा काली मिर्च पीसकर छिटकिए । इसके पश्चात् आन्न पर गर्भ कर गा लीजिए, अजीर्ण की शिकायत जाती रहेगी ।

## बादाम चिकित्सा

● अक्सोर दिमाग—अधिक मानसिक श्रम, रक्त की न्यूनता, प्रतिशमोग तथा हृदय रोग आदि के कारण दिमाग कमजोर हो जाता है । सिर के पिश्चने भाग में दर्द रहता है, दृष्टि कमजोर हो जाती है और स्मरण-शक्ति बिगड़ जाती है । निम्नलिखित नुस्खा देखने में भले ही साधारण लगे परन्तु एक विचित्र अक्सोर है । निरन्तर इक्कीस दिन तक परहेज के साथ उपयोग करने में दिमाग की कमजोरी दूर हो जाती है, स्वास्थ्य पहले से बहुत अच्छा हो जाता है । एक मात्रा प्रातः लेने से तबीयत दिन-भर प्रमन्न रहती है ।

गिरी बादाम सात दाने, छोटी इलायची चार दाने, छोहारा बड़िया एक, मिश्री और गाय का मक्खन प्रत्येक सत्तर ग्राम ।

विधि—बादाम गिरी तथा छोहारा रान को मिट्टी के कोरे कूड़े में पानी डालकर भिगो दें, प्रातः बादाम छील लें और छोहारे की गुठली निकाल दें । इलायची के दाने निकालकर खूब पीस लें फिर मिश्री मिलाकर बारीक करें, तत्पश्चात् मक्खन मिलाकर उपयोग करें ।

● दूसरा योग—पानी में भिगोकर छिले बादाम दम दाने बारीक घोट लें और उबलते हुए आधा किलो दूध में मिलाएँ । जब दो-तीन उफान आ जाए तो दूध आँच से उतारकर ठंडा करें और जब पीने योग्य हो जाए तो चीनी मिला लें, मधु मिलाना अधिक अच्छा है ।

यह दूध अति स्वादु तथा बलदायक होता है । केवल दिमाग का पोषण तथा वीर्य-बल नहीं बढ़ाता बल्कि सारे शरीर का पोषण करता है ।

नोट यदि चूर्ण दारचीनी दो ग्राम फाक कर ऊपर से यह दूध पिया जाए तो अधिक गुणकारी है ।

● चश्मे से छुटकारा पाइये—वादाम गिरी सात दाने, सौंफ आठ ग्राम और मिश्री आठ ग्राम ।

सौंफ और मिश्री को कूट लें और वादाम गिरी छीलकर तथा मामूली कूटकर मिला लें । रात्रि को सोते समय गरम दूध के साथ उपयोग करें और इसके पश्चात् पानी बिल्कुल न पिए ।

चालीस दिन तक निरंतर सेवन करने से दृष्टि इतनी तेज हो जाती है कि चश्मे की आवश्यकता शेष नहीं रहती और दिमाग की कमजोरी दूर हो जाती है ।

● तुतलाना—एक मास तक निम्नलिखित औषधि के उपयोग से तुतलापन शक्तियां दूर हो जाता है । कमजोरी, निढालता तथा मूत्र की तीव्रता के लिए रामवाण है । जो वच्चे छोटी आयु में शब्दों का ठीक उच्चारण नहीं कर सकने उनके लिए सर्वोत्तम नुस्खा है :

वादाम गिरी (छिली हुई) सत्तर ग्राम, चांदी के वर्क पन्द्रह ग्राम, दार-चीनी पन्द्रह ग्राम, लौंग पन्द्रह ग्राम, पिस्ता की गिरी तीस ग्राम, केसर आठ ग्राम तथा मधु दो-सौ ग्राम । समस्त सामग्री वारीक कूटकर अच्छी प्रकार मधु में मिला लें ।

मात्रा चार से आठ ग्राम तक दूध के साथ ।

● हृदय-बल-वर्द्धक—यदि आप चाहते हैं कि ग्रीष्म ऋतु में भी शरीर में खूब बल बना रहे और आपका चेहरा काबुली पठानों की तरह सुख हो जाए तो आप निम्नलिखित सुगम नुस्खा अपने पूरे परिवार को उपयोग कराएँ :

वादाम गिरी (छिली हुई) तीस ग्राम, गिरी खरबूजा, गिरी खीरा, गिरी ककड़ी, गिरी तरबूज तथा गिरी कटू प्रत्येक तीस ग्राम, मुतक्का या किशमिश डेढ-सौ ग्राम तथा सौंफ की गिरी तीस ग्राम ।

समस्त सामग्री कूटकर इतनी वारीक करें कि सुरमे की तरह हो जाए । तब इसे खुले मुह की जीभी में भर लें ।

प्रतिदिन प्रातः सत्तर ग्राम औषधि को थोड़ा-थोड़ा पानी मिलाकर कूड़ी-डंडे से इतना घोंटे कि पानी का रंग दूध जैसा हो जाए। तत्पश्चात् तनिक गुलाब-जल मिलाकर एक गिलास पिए। यह एक गिलास का नुस्खा है। परिवार के प्रति सदस्य के लिए सत्तर ग्राम औषधि और एक गिलास पानी के हिसाब से यह पेय बनाना चाहिए।

इसके सेवन से कब्ज भी दूर होगी, भूख खूब लगेगी, शरीर में स्फूर्ति रहेगी और प्यास भी नहीं सताएगी। इसके अतिरिक्त वारी के ज्वर का भय भी नहीं रहेगा।

यदि इस पेय में दूध मिलाना चाहें तो मिला सकते हैं। इस पेय का अधिक मात्रा में उपयोग भी हानिकारक न होकर लाभदायक ही है। इसलिए दिन में कई बार भी इसका उपयोग किया जा सकता है।

● जिगर की सूजन—वादाम गिरी (छिली हुई) दस दाने, छोटी इलायची दस दाने, सौंफ दो ग्राम तथा मुनक्का पाँच दाने। समस्त सामग्री पानी में घोटकर रस निकालें और मिश्री मिलाकर दिन में दो या तीन बार पिलाए। हृदय और मस्तिष्क को बल देता तथा प्यास शान्त करता है, मेदे व जिगर की सूजन के लिए गुणकारी है।

● पीलिया—आठ वादाम, छोटी इलायची पाँच दाने, छुहारा दो दाने। रात को मिट्टी के कोरे घड़े में भिगोएँ। प्रातः निकालकर छुहारे की गुठली और वादाम गिरी तथा इलायची का छिलका उतार कर कूड़ी में खूब घोंटें तत्पश्चात् सत्तर ग्राम मिश्री मिला लें। अब इसमें सत्तर ग्राम गाय का मक्खन मिलाकर रोगी को चटाए, तीसरे दिन ही भूख साफ हो जाएगा।

लेखक स्वयं एक बार इस रोग से ग्रस्त हुआ तो अनेक वडिया औषधियाँ विफल होने के पश्चात् वादाम का उपरोक्त विधि से उपयोग करने पर पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हुआ था, हालाँकि अवस्था बहुत बिगड़ चुकी थी और दस रोज से कुछ न खाया था, रोटी के नाम से घृणा हो गई थी। पहली बार के उपयोग से ही लाभ अनुभव होने लगा।

## अखरोट के चमत्कार

अखरोट की गिरी का पच्चीस से चालीन ग्राम तक अपनी शक्ति अनुसार उपयोग किया जा सकता है ।

● खांसी और दमा—अखरोट गिरी (मुनी हुई), सत मुलेठी, वादाम गिरी (मीठी), गिरी कढ़ू, निशास्ता, कीकर गोद और वीहदाना—सब बराबर वजन कूटकर शुद्ध मधु में चने बराबर गोलियाँ बना लें ।

एक-एक गोली मुह में रखकर चूसें, सब प्रकार की खांसी और गले की छिलन दूर करती है, दमे में भी गुणकारी है ।

● यौन-बल वर्द्धक—अखरोट गिरी मुनक्का तथा अजीर के साथ खाना यौन-बल-वर्द्धक है, मस्तिष्क के लिए विशेषकर लाभदायक है ।

● मरोड़—इसे पानी के साथ पीमकर नाफ़ पर लेप करने से मरोड़ से छुटकारा मिल जाता है ।

● विष-काट—मधु, प्याज और नमक के साथ अखरोट पीसकर पागल कुत्ते के काटे पर बाँध दें, विष दूर होगा ।

● अखरोट तेल—ताजे अखरोट की गिरी को वारीक कूटकर गाढ़े कपड़े की थैली में भर कर जकजा में दबाए—श्वेत, पतला और मीठा तेल निकल आएगा ।

यदि अधिक तेल निकालना हो तो दस किलो अखरोट गिरी लें, आठ किलो कोहू में पेलें । जब वारीक पीसकर तेल छोड़ने लगें तो बाकी दो किलो गिरी भी ढाल दें । इनके अवपिसा होने पर एक किलो मिथ्री के बड़े-बड़े टुकड़े कर ढाल दें । फोक जमकर तेल पृथक् हो जाएगा, इसे चीनी या काँच के बर्तन में थोड़े दिनों तक पड़ा रहने दें ताकि मेल आदि नीचे बैठकर तेल साफ हो जाए ।

● सर्दी के कारण किसी अंग में दर्द हो तो इस तेल की मालिश से अंग नरम हो जाते हैं और दर्द भी दूर हो जाता है ।

● यह तेल सिर में लगाने से जुए मर जाती हैं ।

- इसे नाक में छिड़कने से नकवा, अर्धांग आदि से छुटकारा मिलता है।
- दाद पर यह तेल लगाना गुणकारी है।

## छिलका अखरोट के प्रयोग

● दत-पीड़ा—अखरोट के ऊपर का हरा छिलका उतारकर छाव में सुखा लीजिए और वारीक पीसकर मजन की तरह दाँतो पर मलिये, दर्द दूर हो जाएगा।

● खिजाव तेल—ताजे अखरोट की बाह्य हरी छाल तीस ग्राम, फिटकरी श्वेत चार ग्राम, तेल बिनीला डेढ़-सौ ग्राम—सबको मिला कर एक चीनी के वर्तन में डालें और इसे उबलते हुए पानी के पतीले पर इतनी देर तक रखें कि अखरोट की छाल का सारा पानी तेल में खुशक हो जाए। श्रव उतारकर निचोड़ें और फिल्टर कर रख लें।

गुण-धर्म : बालों पर कधी से लगाए, बाल बिल्कुल काले हो जाएंगे और स्वाभाविक बालों की तरह निहायत मुलायम तथा नर्म भी हो जाएंगे।

## आम के चिमत्कार

मीठा आम जो साधारणतः लगड़ा, दणहरी तथा मालदा आदि नामों से पुकारा जाता है अत्यन्त यौन-बल-वर्द्धक है। यह रक्त उत्पन्न कर शरीर को मोटा करता है और कब्ज हटाता है। ऐसे मीठे आमों के रस से निम्नलिखित नुस्खे तैयार कर लाभ उठाए

● अक्सरी तपेदिक—तपेदिक में किसी पत्थर या चीनी के वर्तन में ताजा, मीठे और रसीले आमों का रस एक कप-भर निचोड़ें और साठ ग्राम मधु मिला कर प्रातः व सायं उपयोग करें। इसके साथ ही दिन-रात में दो या तीन बार गाय या बकरी का ताजा दूध मिश्री डाल कर पीना चाहिए। इस प्रकार इक्कीस दिन के निरन्तर उपयोग से तपेदिक जैसे घातक रोग वाला व्यक्ति भी स्वास्थ्य प्राप्त करने लगता है।

● अक्सरी संग्रहणी—संग्रहणी अथवा पेट के दूसरे रोगों में प्रातः नौ बजे दो बड़े और पके हुए आमों के गूदे के छोटे-छोटे टुकड़ों पर कलईदार

वर्तन में उबाल कर ठण्डा किया दूध इतना ढालें कि आम के टुकड़े डूब जाएँ। फिर आम के ये टुकड़े खाकर ऊपर से वही दूध पी लें।

प्रातः इस प्रकार आम खा लेने पर फिर दिन भर तीन-तीन घंटे पश्चात् एक-एक कप दूध पीना चाहिए। स्मरण रहे कि आम और दूध के अतिरिक्त और कुछ न खाया-पीया जाए। जब दस्तों में कमी होने लगे तो रोगी को दो आम दोपहर समय भी इसी प्रकार दूध के साथ देना शुरू करें। दो सप्ताह तक इसी प्रकार नियमपूर्वक आम खाते रहने से सग्रहणी रोग दूर हो जाता है।

● **अवसीन हाजमा**—पके हुए मोटे आम का रस सत्तर ग्राम, सोठ दो ग्राम। मोठ पीस कर रस में मिलाएँ और प्रातः उपयोग करें, हाजमे की कमजोरी दूर होगी।

● **अवसीर तिल्ली**—पके हुए मोटे आम का रस सत्तर ग्राम में पन्द्रह ग्राम मधु मिलाकर दैनिक उपयोग करें, थोड़े दिनों में तिल्ली का घाव दूर हो जाएगा।

● **अवसीर दिमाग**—आम का ताजा और मोठा रस एक कप, चौथाई कप ताजा दूध, अदरक रस एक चम्मच (जी चाहे तो स्वाद के लिए शक्कर भी मिला लें)। सबको अच्छी तरह मिलाकर एक बार खा लें, दैनिक इसी प्रकार बनाकर उपयोग करना चाहिए।

**गुण-धर्म**—अत्यधिक मानसिक बल-वर्द्धक है। दिमागी कमजोरी के कारण पुराना सिर दर्द, भारीपन और आँखों के आगे अंधेरा विकार दूर हो जाते हैं और स्थूल-काय शरीर मोटे ताजे तथा स्वस्थ शरीर में बदला जाता है। यह रक्त शोधक भी है।

इसके अतिरिक्त, हृदय व जिगर को भी बल प्रदान करता है। सास कठिनता से चलती हो, रंग पीला हो रहा हो, कमजोरी बढ़ रही हो तो इसे आजमाइये।

● **प्रातः के रोग**—ताजा आम का रस जो खूब पतला और मोठा हो चौथाई कप (बाद में आधा कप भी किया जा सकता है), मोठा दही (ताजा)



पन्द्रह या तीस ग्राम, अदरक रस एक चम्मच । सब अच्छी तरह मिला कर पीया जाए । ऐसी एक मात्रा दिन में तीन बार तक ली जा सकती है ।

पुराने दस्त, आहार का बिना पचे दस्तों द्वारा निकल जाना, आंतों तथा मेदे की कमजोरी और बवासीर के लिए गुणकारी है ।

● रक्त विकार—एक छूट्टे आम का रस, जो पतला और ताजा हो, एक कप, गाए का दूध (ताजा) आधा कप, शुद्ध घी और अदरक रस एक-एक चम्मच (साधारण) । सब मिलाकर और शक्कर मिला कर पीए । आम का रस धीरे-धीरे बढ़ाते रहें । एक-दो मास तक उपयोग करना चाहिए ।

गुण-वर्म—रक्त की अत्यन्त कमी को दूर करता है, शरीर की सुश्की, बेरीनकी, पीलापन इत्यादि दूर होकर पूर्ण स्वस्थ लाभ होता है ।

● पुरुषों के रोग—आम का ताजा, मोठा पतला रस एक कप, चूर्ण शतावर आठ ग्राम, चूर्ण सालिब आठ ग्राम, ताजा दूध आधा कप, अदरक रस आठ ग्राम, प्याज रस पन्द्रह ग्राम, एक अडे की जर्दी, शुद्ध घी पन्द्रह ग्राम, केसर तीन रत्ती (पन्द्रह ग्राम गुलाब अर्क में घोल कर) समस्त मामूरी अच्छी तरह मिला कर तीस ग्राम वारीक पिमी मिश्री डाल कर पीए । दो सप्ताह पश्चात् इसकी आधी या पूरी मात्रा बना कर माय भी उपयोग करें ।

गुण-वर्म—यौन-बल-वर्द्धक, वीर्य तथा रक्त बढ़ाता है ।

● गर्भिणी की कै—आम का रस तीस ग्राम, अर्क गुलाब तीन ग्राम, ग्लूकोज पन्द्रह ग्राम, कैलशियम वाटर (चूने का पानी) ढाई-तीन ग्राम । सब मिलाकर ऐसी दो-तीन मात्रा दैनिक देने से वह गुण लाभ होता है कि कीमती इजेक्शन भी होठ में विफल हो जाते हैं ।

### कच्चा आम

● गर्मी तोड़—दो तीन कच्चे आम साय समय भून लें और रात्रि भर किसी खुले स्थान पर पड़ा रहने दें । प्रातः उन्हें मसल कर शर्वत-सा बना लें और एक चुटकी भुना जीरा, नमक तथा काली मिर्च डाल कर पीए । इससे

गमियों में लू कभी प्रभावित नहीं करेगी, अनावश्यक प्यास न लगेगी और दिन भर तवीयत में ताजगी बनी रहेगी ।

● लू—दो-तीन कच्चे आम बीस पच्चीस मिनट भूमल में रख कर जब काफी नर्म और कुछ दागदार हो जाए, निकाल कर पानी में मल कर छान लें और इच्छानुकूल शक्कर मिला कर सादा या वर्फ से ठण्डा कर शर्वत के समान उपयोग करें ।

गुण-धर्म—ताप घटाता और प्यास बुझाता है । गमियों में लू से सुरक्षित रखता है, लू के रोगी को थोड़ी-थोड़ी देर के पश्चात् पिलाया जाए—ज्वर, नूनन, बेचैनी तथा सिरदर्द दूर होता है । दक्षिण में इसका साधारण रिवाज है ।

## आम के पत्ते

आम के पत्ते बहुत से रोगों में गुणकारी सिद्ध हुए हैं, उदाहरणतय —

● मधुमेह—मधुमेह जैसा हठीला रोग जो बहुमूल्य औषधियों से भी नहीं जाता, इसकी चिकित्सा के लिए आम के पत्ते अवसीर हैं । आम के ऐसे पत्ते जो स्वतः भट जायें इकट्ठे कर छाँव में सुखा कर बारीक पीस लीजिए । बस अक्कीरी दवा तैयार है ।

देढ़-डेढ़ आम प्रातः व साय ताजा जल के साथ उपयोग करें ।

या

छाँव में सुखाए पत्ते पन्द्रह आम को ग्राघा किलो पानी में उवालों और चौघाई पानी बाकी रहने पर कपड़छन करें और रोगी को प्रातः व साय पिलाए ।

● मरोड़ व संग्रहणी—आम के पत्ते छाँव में सुखाकर कपड़छन करें और दिन में तीन बार प्रातः दोपहर और साय छह-छह आम गरम पानी के साथ उपयोग करें ।

● जिगर की कमजोरी—जिगर की कमजोरी के कारण पतला दस्त आता हो, भूख कम लगती हो, पाचन कमजोर हो तो आम के पत्ते की चाय बिना दूध उपयोग करें, छह आम आम के पत्ते छाँव में सुखा कर एक कप-भर

पानी में उवालेँ, आधा पानी रहने पर छान कर थोड़ा मीठा मिला कर प्रातः व साय पीए ।

● **दंत-मजन**—छाव में सुखाए पत्ते जला कर राख करें और कपडछन कर रख लें ।

**प्रात व साय**—दोनों समय उगली से दाँत और मसूढ़ो पर मजन के रूप में लगाए । दाँत और मसूढ़ो के बहुत से विकार, यहाँ तक कि पायोरिया तक के लिए लाभदायक है ।

● **ग्राम के ताजा पत्ते** खूब चवाए और थूक थूकते जाए, थोड़े दिन के निरन्तर उपयोग से हिलते दात मजबूत हो जाते हैं । मसूढ़ो का खून रुक जाता है और मसूढ़ो का ढीलापन और उनकी कमजोरी दूर हो जाती है ।

● **पत्थरी**—ग्राम के ताजा पत्ते छाव में सुखाकर चूर्ण बनाएं और आठ ग्राम दैनिक वासी पानी के साथ उपयोग करें, पन्द्रह बीस दिन में रेत और ककरी दूर हो जाएगी ।

## सौंफ

● **दिमाग की कमजोरी**—सौंफ और मिश्री प्रति आठ ग्राम । दोनों बारीक करके चूर्ण बनाए और इसमें बादाम गिरी (छिलका रहित) सात दाने कूटकर मिला दें । रात्रि समय गरम दूध के साथ उपयोग करें । इसके पश्चात् पानी बिल्कुल न पीए । चालीस दिन के सेवन से दिमाग इतना शक्तिशाली हो जाएगा कि चश्मे की आवश्यकता नहीं रहेगी ।

● **दिमाग की गर्मी**—यदि दिमाग में गर्मी हो या कमजोर हो तो सौंफ दस ग्राम, बादाम गिरी सात दाने, छोटी हलायची तीन दाने आधा किलो पानी में घोटकर तथा उचित मात्रा में मिश्री मिला कर और कपडछन कर दैनिक प्रात व साय उपयोग करें, औषधि की औषधि और ठण्डाई की ठण्डाई है ।

**नींद न आना**—नींद न आना एक बहुत बड़ा रोग है । इसके लिए सौंफ दस ग्राम आधा किलो पानी में उवालेँ, सवा-सौ ग्राम पानी बाकी रहने पर

इसमें चौथाई किलो गाय का दूध और पन्द्रह ग्राम गाय का घी और आवश्यकतानुसार चीनी मिलाकर उपयोग करें, शर्तिया लाभ होगा और नींद आने लगेगी ।

**अधिक नींद**—नींद की अधिकता के कारण यदि तबीयत हर समय सुन्त रहती हो, या हर समय नींद ही आती रहे तो इसके लिए भी सोंफ एक अच्छी वस्तु है । परन्तु सेवन-विधि पृथक है :

सोंफ दन ग्राम आधा किलो पानी में उबालें और चौथाई रहने पर उतारकर दो ग्राम नमक मिलाए और दोनों समय पिलाए ।

● **नजला व जुकाम**—सोंफ पन्द्रह ग्राम, लोग सात दाने—दोनों एक किलो पानी में उबालें, चौथाई पानी रहने पर पन्द्रह ग्राम मिश्री या देशी चीनी मिलाकर चाय के रूप में घूंट-घूंट पी लें । दो-तीन बार के उपयोग से नजला व जुकाम दूर हो जाता है ।

● **आँखें दुखना**—अढ़ाई-सौ ग्राम सोंफ दो किलो पानी के साथ तावे के बर्तन में रात्रि-भर नींगने दें और दूसरे दिन आंच पर पकाए, । चौथाई पानी रहने पर उतारें और तनिक ठण्डा होने पर हाथों से मल कर किसी स्वच्छ कपड़े में छान लें । अब इस पानी को घीमी आंच पर पकाएँ और मधु की तरह गाढ़ा होने पर उतार लें और किमी स्वच्छ तथा मजबूत कार्क वाली शीशी में रखें । यह दुखती आँखों की अत्यन्त लाभदायक औषधि है ।

रात्रि समल दो-दो सलाइयाँ आग में डालें, बहुत जल्दी लाभ होगा ।

● **कमजोर नजर**—हल्की-हल्की चोट में सोंफ कूट लें ताकि इसका छिलका उतर जाए । रात्रि समय तीस ग्राम (नाजुक मिजाजों के लिए पन्द्रह ग्राम), पानी या दूध से लेते रहें, दृष्टि को तेज करती है, नजर चील की तरह तेज हो जाती है ।

● **अढ़ाई-सौ ग्राम सोंफ** साफ करके काँच से बर्तन में डालें और इस पर बादामी रंग की गाजरो का एक कप रस डालकर किमी कपड़े से ढक दें । जब रस सोख ले तो इतना ही रस और डाल दें, तीन बार ऐसा करें । तत्पश्चात् खुशक कर चूर्ण बना लें और बराबर वजन मिश्री मिलाएँ ।

गुण-धर्म दृष्टि तेज करने के लिए पन्द्रह ग्राम रात्रि समय दूध के साथ उपयोग करें ।

● बाल-शर्बत—सत्तर ग्राम सोंफ आधा किलो पानी में उबालें, आधा पाव पानी रहने पर छान लें और तीन ग्राम मुहागा (खील) तथा अर्द्ध-मौ ग्राम चीनी मिलाकर चाशनी बनाएं ।

गुण-धर्म नन्हें बच्चों का पाचन ठीक करने के लिए यह एक विचित्र-गुणकारी औषधि है, जिसे बाल-शर्बत भी कह सकते हैं ।

● हैजा—सोंफ पन्द्रह ग्राम, पुदीना दस ग्राम, लौंग चार दाने तथा गुलकन्द तीस ग्राम । सबको दो कप पानी में उबालें, आधा पानी रहने पर छान लें और ठण्डा कर थोड़ा-थोड़ा पिलाएं । हैजे की यह उत्तम औषधि है, कुछ बार पिलाने से ही आराम हो जाता है ।

● सीने का दर्द—खश्क सोंफ पन्द्रह ग्राम, पीपल पाव ग्राम—दोनों को आधा किलो पानी में उबालें, चौथाई पानी रहने पर छान कर एक ग्राम सेंधा नमक मिलाकर पिलाने से छाती का दर्द दूर हो जाता है ।

● रुका मासिक-धर्म—सोंफ तीस ग्राम और गरम मसाला पचास ग्राम—दोनों तीन कप पानी में उबालें । एक कप रहने पर छानकर गरम-गरम पिलाए और लिहाफ थोड़ा कर रोगिणी को लिटा दें । दो-तीन बार उपयोग करने से मासिक धर्म खुलकर हो जाएगा ।

● कमजोर मूत्राशय—सोंफ और बड़ी हरड का छिलका बराबर वजन-बारीक कूटकर कपडछन करें और तीन-तीन ग्राम प्रातः व साय ताजा पानी के साथ उपयोग करें । मूत्राशय की कमजोरी के कारण बार-बार मूत्र आता-हो, या स्वप्न में निकल जाता हो तो इससे आराम आ जाता है । यह मात्रा सोलह वर्ष से ऊपर आयु वालों के लिए है । बच्चों की आयु-अनुसार दें ।

● पुराना नजला व जुकाम—बढिया सोंफ के एक किलो चावल निकालकर एक किलो देशी चीनी या मिश्री और अर्द्ध-मौ ग्राम गाय का घी मिलाए ।

पुराना जुकाम, नजला तथा दिमाग की कमजोरी में निरंतर एक मास तक उपयोग करने से लाभ हो जाता है ।

माथा : प्रातः व साय पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम ।

नोट . इसमें पहले कब्ज का इलाज करना आवश्यक है । क्योंकि कब्ज की चूरत में किसी औषधि में लाभ न होगा ।

● बच्चों के मरोड़—बच्चों के मरोड़ एकदम बन्द कर देना कई बार घातक सिद्ध होता है । इसलिए निम्नलिखित नुस्खे की आवश्यकता इसलिए भी है कि इनसे हानि का कोई भय नहीं, बल्कि लाभ ही होगा ।

साँप तीन ग्राम और गुलकन्द छह ग्राम को आधा कप पानी में उबालें । आधा कप पानी रहने पर उतारकर छान लें और पिलाए । दिन में तीन बार देना चाहिए ।

● प्रमेह व स्वप्नदोष—साँप की गिरी सत्तर ग्राम, अजवाइन तीस ग्राम, साँठ तीस ग्राम, काला नमक बीस ग्राम—मव वारीक कूटकर लें । तीन से पाँच ग्राम तक प्रातः व साय भोजनोपरान्त जल के साथ उपयोग करें, थोड़े दिन में ही लाभ होगा ।

● खुजली—खुजली की दो प्रकार हैं . खुष्क व तर । खुष्क में खुजलाने से कुछ नहीं निकलता परन्तु तर खुजली में खुजलाने पर खून या पीला-सा पानी निकला करता है । कई बार खुजली ऐसा हठीला रोग प्रमाणित होता है कि बेचारा रोगी जुलाव ले-लेकर तथा मालिशों से तंग आ जाता है, पर लाभ तनिक भी नहीं होता । निम्नलिखित नुस्खे के उपयोग से सब प्रकार की खुजली कुछ ही दिनों में ठीक हो जाती है । यह औषधि ऐसे रोगियों पर आजमाई गई है जिन्हें किसी भी औषधि से लाभ न होता था .

साँप और घनिया—दोनों बराबर वजन । वारीक कूटकर इसके डेढ़ गुना धी और दो गुना चीनी मिलाकर सुरक्षित रख लें ।

गुण-धर्म . दोनों समय तीस-तीस ग्राम उपयोग करने से रक्त विकार, खुजली, प्रमेह, कमजोर दृष्टि में आराम होता है ।

● गर्भिणी की कब्ज—यदि गर्भिणी को कब्ज हो जाए तो इसके लिए तेज कब्ज नाशक औषधि का उपयोग घातक होता है । गर्भिणी को निम्न-लिखित नुस्खा सेवन कराए .

सोंफ के चावल डेढ़-सौ ग्राम, गुलकन्द तीन-सौ ग्राम । सोंफ को बारीक कूटकर गुलकन्द में मिलाकर रखें । आवश्यकता समय तीस ग्राम तक गरम दूध में उपयोग की जानी चाहिए ।

## त्रिफला

हरड़, बहेड़ा और आवला—तीनों को संस्कृत में त्रिफला और फारसी में अत्रीफल कहा जाता है, जो लगता है कि 'त्रिफला' शब्द का ही विगडा रूप है । त्रिफला बहुत-सी औषधियों में प्रयोग होता है, अतः इसके बारे में और अधिक जानना श्रेयस्कर होगा । हरड़, बहेड़ा तथा आवले का छिलका बराबर वजन ही औषधियों में बरता जाता है । कई बार एक-दो-चार के अनुपात से मिश्रण किया जाता है, परन्तु साधारणतः बराबर वजन ही प्रचलित है ।

● मूत्र जलन—ताजे आवलो का रस सत्तर ग्राम और मधु तीस ग्राम—दोनों मिलाकर कुछ बार उपयोग करें । मूत्र खुलकर आएगा और कब्ज भी न रहेगी ।

● खूनी ववासीर—चूर्ण खुशक आवला पाँच से आठ ग्राम तक गाय के दूध के साथ उपयोग करने में ववासीर का खून शीघ्र बन्द हो जाता है ।

● प्रमेह—चूर्ण खुशक आवला को ताजा आवलो के रस में बराबर डक्कीस दिन तक खरल कर सुखा लें, तत्पश्चात् बराबर वजन मिश्री मिलाकर सुरक्षित रखें ।

गुण-धर्म—तीन से छह ग्राम तक प्रातः व सायं गाय के दूध के साथ उपयोग करने से पुराने से पुराना प्रमेह बहुत शीघ्र ठीक हो जाता है, और वीर्य दही के समान गाढ़ा हो जाता है ।

● गर्भिणी की कं—गर्भ-स्थिति के आरम्भ में नाजुक मिजाज स्त्रियों या नई बहुओं को प्रायः कं आने लगती है, और कई बार तो यह कं इतनी तीव्रता में होने लगती है कि गर्भिणी अत्यधिक कमजोर हो जाती है । ऐसी स्थिति में यदि आवले का मुरब्बा दिन में तीन-चार बार उपयोग किया जाए तो कं बन्द हो जाती है और स्वास्थ्य सम्भल जाता है ।

● **मिर चकराना**—कई लोगों को गर्मी की तीव्रता या पित्त की अधिकता के कारण मिरटदं या मिर चकराने की शिकायत हो जाती है। आवलों का शर्वत इसके लिए अत्यन्त लाभदायक है—

ताजा आवलों का एक किलो रस और दो किलो गाय का दूध किसी कलईदार वर्तन में डाल कर आंच पर चढ़ाए। जब दूध फट जाए और आवलों का रस तथा दूध का पानी निसर जाए तो आंच से उतार कर किसी मोटे कपड़े में ढालें और नीचे कलईदार वर्तन रख दें। जब दूध और आवलों का रस टपक कर वर्तन में आ जाए तो अढ़ाई किलो चीनी डाल कर शर्वत के समान पकाएँ, और चाशनी ठीक हो जाने पर ठण्डा कर बोतलों में भर लें।

तीस से साठ ग्राम तक ठण्डा पानी मिलाकर यह शर्वत दिन में दो-तीन बार पीए। उपरोक्त शिकायतों के अलावा बार-बार प्यास लगना, घबराहट तथा बेचैनी को भी यह शर्वत दूर करता है।

● यदि आंखों के आगे अघेरा आता हो, माथे में जलन होती हो, या बार-बार मूत्र आता हो तो दो आवलों का तीस ग्राम रस मिलाकर तीन दिन तक प्रातः साय उपयोग करें।

● **मानसिक गर्मी-खुश्की**—चूर्ण खुश्क आवला पानी में भिगो कर सिर घोंए, मानसिक गर्मी-खुश्की दूर होकर ठण्डक प्राप्त होगी।

● **बलगम-तोड़**—आवला चूर्ण दो ग्राम, चूर्ण मुलहेठी दो ग्राम—दोनों मिलाकर गर्म पानी से थोड़े दिनों तक दोनों समय उपयोग करने से बलगम के सभी विकार दूर होते हैं।

● **प्रदर रोग**—आवला चूर्ण तीन ग्राम को छह ग्राम मधु में मिलाकर दैनिक उपयोग करने से थोड़े दिनों में ही प्रदर रोग समाप्त हो जाता है।

● **नकसीर**—नाक द्वारा रक्त बहने को नकसीर कहते हैं, और जब यह किसी औषधि से बन्द न होती हो तो सवा-सौ ग्राम आवले के चूर्ण में थोड़ा वकरी का ताजा दूध मिलाकर माथे और तालू पर लेप करें और प्रकृति का, चमत्कार देखें। कुछ मिनटों में नदी की तरह बहता रक्त बन्द हो जाएगा।



● खसरा की जलन—खसरा निकल कर हट गया हो तो इसके पश्चात् भी शरीर पर अत्यधिक तीव्र खुजली हुआ करती है, और जलन के कारण रोगी विचलित होने लगता है।

खुशक आवलों को पानी में उवालों और ठण्डा होने पर इससे शरीर धोए। दो-तीन बार ऐसा करने से खुजली और जलन दूर हो जाती है।

● दिल की घडकन—मदाग्नि तथा दिल की घडकन में आवलों की बर्फी बनाए—

आवले बारह घंटे पानी में भिगो रखें, फिर छान कर पानी फेंक दें, और ताजा पानी मिला कर दो घंटे तक उवालों ताकि वे मुलायम हो जाए। तत्पश्चात् पीस कर इसमें चीनी मिलाकर छह से आठ ग्राम तक की मात्रा में उपयोग करें।

● स्वप्नदोष—इस छोटे से नुस्खे से आशा से बढ़कर लाभ होगा, वीर्य को थोड़े ही दिनों में गाढ़ा करता है।

आवला अस्सी ग्राम, सत् गिलो, गोखरू, तबाशीर, इलायची छोटी प्रत्येक पन्द्रह ग्राम—सब बारीक कूट लें। पन्द्रह ग्राम औषधि में पन्द्रह ग्राम मक्खन और तीस ग्राम मधु मिलाकर उपयोग करें, ऊपर से दूध पिए।

● आवलों का ताजा रस तीस ग्राम या काच के गिलास में पन्द्रह ग्राम शुष्क आवलों को तीन गुना पानी में बारह घंटे भिगोकर अच्छी तरह छान कर निकाला हुआ रस सत्तर ग्राम, पिसी हल्दी एक ग्राम—युवकों के स्वप्नदोष के लिए यह एक विशेष औषधि समझिए।

## हरड़ और बहेड़ा

● फज्ज—चूर्ण बड़ी हरड़ तीन ग्राम, काला नमक चार रत्ती सोते समय या प्रातः गरम पानी के साथ उपयोग करें।

● पाचन-विचार—चूर्ण हरड़ तीन रत्ती, आवला तीन रत्ती, पिपली दो रत्ती, लाहौरी नमक दो रत्ती। ऐसी एक मात्रा प्रातः और एक सायंकाल प्रयोग करने में पाचन-विकार दूर होता है।

● खासी और दमा—चूर्ण वहेडा (गुठली रहित) दो ग्राम तथा चूर्ण पिपली दो रत्ती थोड़े मधु के साथ दिन में ऐसी तीन मात्राएँ चटाएँ ।

केवल वहेडा का टुकड़ा मुह में रख कर चूसने से भी खासी को आराम आता है।

● आखों की लाली—एक छटाक त्रिफला एक किलो पानी में उवाल कर चौथाई पानी बाकी रहने पर कपडछान कर इसमें तीस ग्राम फिटकरी और गुलाब अर्क एक कप मिलाएँ ।

आख दुखने पर या आख की लाली पर एक-दो बूंद डालें ।

### त्रिफला

● काढा—हरड, वहेडा और आवला—प्रत्येक तीस ग्राम कूट कर एक किलो पानी में उवालें । चौथाई पानी रहने पर मल-छान लें और पन्द्रह ग्राम श्वेत कत्या घोल कर नियाँ लें ।

गुण-धर्म—मुह के छाले या छालों में इस पानी से गरारे करने से तुरन्त चैन पड़ जाता है ।

● सूजाक—मूत्र-नली के घाव में काच की छोटी पिचकारी द्वारा दिन में दो-तीन बार पिचकारी कराएं ।

● स्त्रियों की योनि से यदि श्वेत और तरल-गाढ़ा पदार्थ बहता हो तो पिचकारी में यह पानी भरकर दिन में दो बार दो-तीन सप्ताह तक डोश किया जाए ।

● प्रदाह या दूसरे गंदे घाव इससे धोएँ, अकुर शीघ्र वध आएगा ।

● कुबकरो तथा आख की लाली के लिए दिन में दो-तीन बार दो-चार बूंद आँख में टपकाएँ ।

● जब गर्मी से वीर्यपात हो रहा हो तो तीस ग्राम दिन में दो बार थोड़ा मधु मिलाकर पीएँ ।

● सुरमा—त्रिफला यानी हरड, वहेडा और आवला बराबर वजन मोटा-मोटा कूटें । सत्तर ग्राम यह चूर्ण एक किलो पानी में रात्रि-भर भिगो रखें । प्रातः एक-दो उवाल देकर छान लें । अब सुरमे की डलियाँ कोयलो पर रख कर लाल करें, तत्पश्चात् इस गरम सुरमे को त्रिफले के पानी

मे बुझाए । तीन बार यह प्रयोग करने पर सुरमे मे विद्यमान सर्व विकार दूर हो जाते हैं और वह नेत्र रोगो के लिए अधिक गुणकारी हो जाता है ।

अब सत्तर ग्राम बुझा सुरमा मैदे की तरह वारीक खरल करके कपडछान करें और इसमे कलमी शोरा, समुद्रभाग और खील फिटकरी—प्रत्येक छह ग्राम, गिरी छोटी इलायची पन्द्रह ग्राम, बोरक पाउडर पन्द्रह ग्राम तथा सर्द चीनी तीन ग्राम मिलाकर खूब अच्छी प्रकार वारीक करें । तत्पश्चात् इसमे गुलाब अर्क डाल-डाल कर निरन्तर तीन दिन तक खरल करें, खुश्क होने पर शीशी मे डाल लें ।

समस्त नेत्र-रोगो के लिए गुणकारी है । इसके दैनिक उपयोग से नेत्र सर्वदा स्वस्थ रहते हैं ।

## फिटकरी

फिटकरी मूल्य के हिसाब से अत्यन्त सस्ती और गुण मे अत्यन्त कीमती है, शहर और गाव प्रत्येक स्थान पर प्राप्त है । दो-चार पैसे की फिटकरी अवश्य ही खरीद कर घर मे रख लीजिए, आठे समय यह आपको रुपयो का काम देगी ।

### फिटकरी आंखों के लिए अत्यन्त गुणकारी है

दो रत्ती फिटकरी पीस कर तीस ग्राम गुलाब अर्क मे घोल कर शीशी मे रखें, आखो की लाली मे इस घोल की दो-चार बूंद आखो मे टपकाइए—दर्द और लाली दूर हो जाएगी, कीच का आना बन्द होगा ।

इसके अतिरिक्त, फिटकरी और रसांत दो-दो ग्राम एक रत्ती अफीम मे पीस कर आख के चारो ओर लगाने से आख का दर्द, खटक और लाली ठीक हो जाती है ।

● गुलाबी फिटकरी छह ग्राम और फूल जिस्त (जो श्वेत रूई गोलो के समान हल्का और बाजार मे अत्तारी और पनवाडियो की दुकानो पर मिलता है) पन्द्रह ग्राम । दोनो को वारीक पीस कर थोडे पानी या गूधकर लम्बे

आकार को गोलिया बना लें । आवश्यकता समय पानी या गुलाब अर्क में घिस कर मलाई द्वारा आख में लगाए ।

आख के प्रायः रोग, जैसे कि आख की लाली, खुजली, घु घ इत्यादि के लिये अत्यन्त लाभदायक है ।

● खील फिटकरी छह ग्राम, जिंक सल्फ़ाम दो रत्ती, कूजा मिश्री छह ग्राम, गुलाब अर्क नत्तर ग्राम । सब वस्तुएं अच्छी तरह घोल कर लोशन बनाए, दो-दो वूद आंखों में डालनी चाहिए ।

गुण-धर्म—आंखों से पानी बहने को रोकता है, कुक्करे दूर करता तथा लाली को काटता है ।

● श्वेत फिटकरी (कच्ची) एक ग्राम, कलमी शोरा एक ग्राम, भीमसेनी कपूर चार रत्ती, गुलाब अर्क डेढ़-सौ-ग्राम—तीनों चीजें खरल में डालकर वारीक करें, थोड़ा-थोड़ा गुलाब अर्क साथ-साथ डालते रहें, यहाँ तक कि सब परस्पर मिल जाए । तत्पश्चात् रुई के फाये द्वारा छान कर शीशी में रख लें । आवश्यकतानुसार ड्रापर द्वारा दो-दो वूद आंखों में डालें, सब प्रकार की आंख की लाली के लिए शक्तिया दवा है ।

## दुखती आँखों का एक दिन में इलाज

यदि आँखें ददं करती हो, पानी बहता हो, लाली जोरो पर हो, कुक्करे चड़े हो तो निम्न नुस्खे से केवल एक दिन में आराम हो जाता है

कच्ची श्वेत फिटकरी तीन ग्राम, रसांत (साफ़ रुई) तीन ग्राम, कूजा मिश्री दो ग्राम तथा अफीम विशेष (जोकि बनारस से केवल औषधि निर्माण के लिए एक्साइज विभाग द्वारा दी जाती है और अंग्रेजी दवा विक्रेताओं से प्राप्य है) छह रत्ती और नीला थोया (तृतीया) तीन रत्ती ।

अफीम और रसांत को साठ ग्राम शुद्ध व स्वच्छ गुलाब अर्क में घोल कर तथा बाकी औषधियों को खरल में पृथक्-पृथक् वारीक पीस कर रसांत वाले पानी में मिला दें, छह घण्टे पश्चात् निधरा पानी कपड़े में छान कर शीशी में रखें ।

सेवन-विधि—झापर द्वारा दो वूद औषधि [दुपती आँखों में डालें] । इस समय आँख में गरम-गरम पानी बहना शुरू होगा । दस पन्द्रह मिनट के बाद फिर इसी प्रकार डालें, अब पहले की अपेक्षा कम पानी निकलेगा । इसी प्रकार दस-दस, पन्द्रह-पन्द्रह मिनट की अवधि में चार-पाँच बार डालें, आँख का दर्द, टीस और लाली दूर होकर देखते ही देखते विल्कुल आराम हो जाएगा ।

अधिक दिनों से आँखें दुखती हों तो दो-तीन दिन इसी प्रकार उपयोग करने से आराम होगा । थोड़े दिन पश्चात् दिन में केवल एक बार दवा डालते रहेंगे तो दोबारा यह शिकायत न होने पाएगी ।

## फिटकरी मसूढ़ों को मजबूत करती है

एक भाग नमक और दो भाग फिटकरी पीस कर मसूढ़ों पर मलने से मसूढ़े मजबूत होंगे, और यदि उनसे खून आता होगा तो बन्द होगा ।

● फिटकरी तीन ग्राम पीस कर एक कप पानी में मिलाएं और इस पानी से कुल्लियाँ करें, ढीले मसूढ़े कठोर हो जाते हैं, दाँत मजबूत होते हैं ।

● मसूढ़ों में दर्द हो, घाव हो गया हो तो गुनगुने पानी में फिटकरी घोल कर इससे गरारे करें, लाभ होगा ।

● दाँतों की पीप तथा खून दूर करने के लिए, निम्नलिखित नुस्खा एक अवसीर है ।

श्वेत फिटकरी तीस ग्राम गरम तवे पर डालकर पिघलाएँ और इस पर नीलायोथा (तूतिया) एक ग्राम छिड़क दें । जब सूखने लगे तो तीन ग्राम रूमीमस्तगी डाल किसी लोहे की सलाई से उल्टा-मीचा करते रहे कि आखिर विल्कुल खुशक हो जाए । तत्पश्चात् ठण्डा कर इसे वारीक कर लें ।

दैनिक स्नान करते समय चुटकी-भर उगली द्वारा मसूढ़ों पर अच्छी तरह मर्सें, राल बहने दें, फिर पानी से कुल्लियाँ कर मुँह साफ कर लें ।

## फिटकरी वारी के ज्वर की औषधि है

वारी का ज्वर, दैनिक हो या तीसरे या चौथे दिन का इसके उपयोग से रुक जाता है ।

फिटकरी बारीक पीस कर शीशी में रख लें। दो रत्ती से चार रत्ती तक चूर्ण चूटकी-भर चीनी मिला कर ज्वर के समय से चार घण्टे पहले पानी से दें, और दूसरी मात्रा दो घण्टे पहले दें—ज्वर नहीं होगा, यदि होगा भी तो हल्का होगा।

यदि प्रथम दिन के उपयोग में ज्वर न रुके तो दूसरे दिन उपयोग कराए। परन्तु ध्यान रखिए कि रोगी को यदि कब्ज है तो प्रथम कब्ज को दूर कर लेना जरूरी है।

## मलेरिया

लाल फिटकरी की खील तीन रत्ती, नौशादर दो रत्ती, गेरू दो रत्ती—ज्वर रोकने के लिए इतनी-इतनी मात्रा दिन में चार बार दें।

## दमा और खांसी : फिटकरी उपचार

इन रोगों में फिटकरी विभिन्न विधियों से उपयोग की जाती है। एक विधि यह है कि थोहर का डबा भीतर से खाली कर इसमें फिटकरी के टुकड़े भरें और फिर इसके ऊपर मिट्टी लगा कर उपलो की आँच में रखें, मिट्टी लाल होने पर निकालें, इसे तोड़ कर भीतर से फिटकरी निकाल लें और बारीक पीस कर रखें। दो रत्ती यह फिटकरी में रख पान कर दैनिक खाए। काली खांसी भी इसके उपयोग से दूर हो जाती है—एक या दो रत्ती यह फिटकरी मधु में मिला कर चटाए।

● दूध पीते बच्चों को यह औषधि उपयोग करा सकना कठिन प्रतीत होता है, इसलिए निम्न विधि की सहायता लीजिए।—

खील फिटकरी पानी में घोल कर बच्चे की माता के स्तन-मुखों पर लगा दें और फिर बच्चे को स्तनपान करने दें।

● काली खांसी वाले बच्चे को खील फिटकरी अत्यन्त बारीक कर दिन में दो बार एक-एक रत्ती की मात्रा में पिसी चीनी के साथ देने से थोड़े ही दिनों में लाभ होगा।

● फिटकरी (भुनी) पन्द्रह ग्राम, देशी चीनी तीस ग्राम वारीक करके चार पुडियाँ बनाए । तर खाँसी में गरम पानी से तथा खुश्क खाँसी में गरम दूध के साथ उपयोग करें ।

## फिटकरी मरोड़ और दस्तों को रोकती है

फिटकरी तीस ग्राम तथा अफीम तीन ग्राम—दोनों को परस्पर खरल करके रखें । प्रातः व सायं चार-चार रत्ती यह चूर्ण पानी के साथ उपयोग करें ।

यदि मरोड़ की स्थिति में पेट में भारीपन हो तो पहले रोगी को एरंड का तेल साठ ग्राम पिलाए इससे दस्त होकर आँतों से सुई निकल जाएंगे । तत्पश्चात् उपरोक्त चूर्ण चार रत्ती इस्पगोल के लुआव के साथ सेवन करें । कुछ वार के उपयोग में मरोड़ वन्द हो जाएंगे, यदि खून आता होगा तो वह भी रुक जाएगा ।

● खील फिटकरी एक ग्राम दो दाने मुनक्का में रख प्रातः व सायं उपयोग करें, कुछ वार के उपयोग से ही महीनों के मरोड़े दूर हो जाएंगे ।

● खील फिटकरी एक भाग, गेरू चार भाग वारीक कर रखें । पाँच पाँच ग्राम की मात्रा में दूध की लस्सी के साथ प्रातः व सायं दें ।

● वच्चों के प्रायः रोग उदर-विकार से उत्पन्न होते हैं । निम्न नुस्ख वच्चों के उदर-विकार, अजीर्ण आदि के लिए अत्यन्त गुणकारी है ।

खील सुहागा, नौशादर, खील फिटकरी, काला नमक सब बराबर बज्र वारीक कूट कर चूर्ण बनाए । आवश्यकता समय एक रत्ती यह चूर्ण पानी में घोल कर वच्चों को देना चाहिए ।

## हँजे की गोलियाँ

खील फिटकरी एक ग्राम, आक के लोंग दो ग्राम, हल्दी दो ग्राम, लाल मिर्च के बीज एक ग्राम । सब वारीक पीस कर एक-एक रत्ती की गोलियाँ बनाएं ।

एक-एक घंटे पश्चात् एक-एक गोली पीपल के पत्ते के पानी में घोट-छान कर दें, इससे अत्यन्त शीघ्र कँ और दस्त बंद होकर आराम हो जाता है।

## चोट की आंतरिक पीड़ा के लिए फिटकरी

एक ग्राम फिटकरी वारीक पीस कर साठ ग्राम घी में भूनें और उतार कर थोड़े समय के लिए निथरने के लिए पड़ा रहने दीजिए। तत्पश्चात् ऊपर से घी नियाह लें और इसमें साठ ग्राम मूजी भून कर तथा एक-सौ ग्राम चीनी मिलाकर हलुआ बनाएँ। इस हलुवे में उपरोक्त भुनी फिटकरी पहले ग्रास में रख कर खाएँ, ऊपर से वारीक हलुआ सेवन करें। और बाह्य-रूप में गुड, हल्दी और चूना मिला कर लेप करें। चोट का दर्द नया हो या पुराना, थोड़े दिन के उपयोग से दूर हो जाएगा।

## सूजाक की चमत्कारी औषधि : फिटकरी

फिटकरी भून कर बराबर वजन गेरू मिलाए और तीन ग्राम यह औषधि दूध की लस्सी के साथ उपयोग करें, मूत्र-जलन दूर होगी और पीप का आना बंद हो जाएगा। चार रत्ती फिटकरी मत्तर् ग्राम पानी में घोल कर पिचकारी करने से भी सूजाक में अत्यन्त लाभ होता है।

## फिटकरी : स्त्री-पुरुष प्रमेह का उचित इलाज

कीकर छाल सत्तर ग्राम, माजूफन पन्द्रह ग्राम और सुपारी पन्द्रह ग्राम दो किलो पानी में उवालेँ, चौथाई पानी बाकी रहने पर छान कर तीन ग्राम फिटकरी चूर्ण मिलाएँ।

गुण-धर्म—स्त्रियों की योनि से तरल पदार्थ बहने पर उपयुक्त पिचकारी द्वारा योनि को धोना या कपड़ा तर करके लगाना अत्यन्त गुणकारी है। और यह पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम दिन में दो-तीन बार ऐसी स्त्रियों को उपयोग कराना प्रदर के लिए भी लाभदायक है।

## प्रमेह

खील फिटकरी पन्द्रह ग्राम और गेरू आठ ग्राम वारीक पीस कर रखें। आवश्यकता समय दूध की लस्सी से एक ग्राम उपयोग करें।



कुछ दिन पञ्चात् शीच में लाली दिखाई देगी, इसे स्वास्थ्य-नाभ का लक्षण समझिए ।

● खील फिटकरी पन्द्रह ग्राम, सत ग्लो (युद्ध) पन्द्रह ग्राम वारीक पीस लें । तीन-तीन ग्राम प्रातः व साय ताजा जल में उपयोग करें, थोड़े दिनों में पुराने से पुराना प्रमेह भी ठीक हो जाएगा ।

### फिटकरी बवासीर के मससे मुर्झा कर गिरा देती है

डेढ-सी ग्राम फिटकरी अढाई-पी-ग्राम श्वेत कागजों में लपेट कर जगनी उपलो की आँच में रखें । जब कागज जल चुके और फिटकरी ठडी हो जाए तो इसे पीस कर अढाई-मी-ग्राम घी के साथ मिट्टी के बर्तन में नीम के ढण्डे से दो-तीन दिन तक रगड़ें । मिट्टी का बर्तन ऐसा लिया जाए जिसमें दो-चार दिन दही जमाया गया हो । अब इस घी में रुई लथपथ कर शीच उपरान्त मससों पर बाँधें, साय खोल कर नई रुई लथपथ कर बाँधें । मान दिन तक निरन्तर यह प्रयोग करने से मससे मुर्झा कर गिर जाएंगे ।

## अजवाइन

● पाचन-वर्द्धक गोलियाँ—वारी नमक तीस ग्राम, अजवाइन तीस ग्राम, सीठ पन्द्रह ग्राम, लौंग एक ग्राम—कूट कर कपडछन करें और घीवार के रस में खरल कर चने के बराबर गोलियाँ बना लें ।

● उदर पीडा—देशी अजवाइन पन्द्रह ग्राम, काला नमक चार ग्राम और हींग दो रत्ती—सबको वारीक कूट कर शीशी में रखें । आवश्यकता के समय दिन में दो बार चार रत्ती से एक ग्राम तक गुनगुने पानी के साथ उपयोग करें । इससे भूख भी बढ़ती है ।

● देशी अजवाइन आवश्यकानुसार लें और तीन बार नीबू के रस में तर व खुशक करें । तत्पश्चात् वारीक पीस कर स्वाद के अनुकूल काला नमक मिलाए । एक से दो ग्राम तक गुनगुने पानी के साथ उपयोग करें ।

● उदर पीडा, अफारा और अजीर्ण—सोठ, काली मिर्च, पिपली, लाहोरी नमक, स्वेद जीरा, काला जीरा, अजवाइन तथा घी में भुनी होंगी—प्रत्येक पच्चीस ग्राम ।

कूट कर कपडछान कीजिए । मदाग्नि, उदर पीडा, अफारा तथा वदहजमी के दस्तों के लिए गुणकारी है । एक से डेढ़ ग्राम तक गरम पानी से दें ।

● मलेरिया—अजवाइन सौ ग्राम, आक के भीतर की छाल पन्द्रह ग्राम, शोरा सौ ग्राम, सज्जी-क्षार दो सौ ग्राम । चढ़े ज्वर में बच्चों को दो रत्ती तथा वयस्कों को पाँच रत्ती दें—पसीना और मूत्र खून कर लाती है ।

● पुराना ज्वर—अजवाइन पन्द्रह ग्राम प्रातः समय मिट्टी के कोरे कूड़े में चायकप-भर पानी में भिगो रखें । दिन में सकान के भीतर तथा रात्रि समय बाहर ओस में रखना चाहिए । दूसरे दिन प्रातः छान कर पीए । इस प्रकार कम से कम दस बारह दिन तक उपयोग करें । यदि पूर्ण लाभ न हो तो अधिक समय तक उपयोग करना चाहिए ।

जब ज्वर बहुत पुराना हो जाए, हर समय घीमा-धीमा ताप रहे, तिल्ली और जिगर भी बड़े हुए हों तो इस औषधि के थोड़े दिन के उपयोग से ज्वर बिल्कुल उतर जाता है और भूख खूब लगती है ।

## सुहागा

नौसादर, सुहागा इत्यादि नामों में हमारी महिलाएँ तक परिचित हैं । “दादी” और “नानी” के “घरेलू दवाखाने” में जितने भी नुस्खे नन्हें या नन्ही के लिए निर्दिष्ट किए जाते हैं प्रायः उन सभी में मधु, सुहागा और नौसादर अवश्य शामिल होते हैं । परन्तु सुहागा के साथ इतना घनिष्ट सम्बन्ध होने के बावजूद भी यह हैरानी की बात है कि ऐसी गुणकारी और लाभदायक वस्तु से हमारा काफी परिचय नहीं है, और दादी, नानी के चुटकुलों के अतिरिक्त कहीं इसका उपयोग नहीं किया जाता ।

सुहागा को अग्नेजी में वोरेक्स कहते हैं और यह अग्नेजी औषधि-विक्रेताओं से बढ़िया और बहुत स्वच्छ प्राप्य है ।

● **मुह आना**—लगभग पाँच ग्राम सुहागा और चार रत्ती कपूर पन्द्रह ग्राम मधु या ग्लिसरीन में मिश्रित कर किमी शीशी में रख लें और आवश्यकता समय मुह के भीतर घाव पर लगाएँ, शीघ्र लाभ होता है। मिश्रित करने के लिए यदि ग्लिसरीन या मधु को तनिक गरम कर लिया जाए तो सुहागा मुगमता से मिश्रित हो जाता है। जवान, होठ और मुह के लिए, जिसे मुह का आ जाना कहते हैं, इससे श्रेष्ठ लगाने की दवा नहीं हो सकती।

● **नजला-जुकाम की चमत्कारी औषधि**—नुस्खा क्या है, एक चमत्कार है। आवश्यकतानुसार सुहागा लेकर खील करें और वारीक पीसकर शीशी में रखें।

दो रत्ती से चार रत्ती तक चाय या गरम पानी के साथ दिन में तीन बार उपयोग करें। पहले ही दिन, वरन् दूसरे-तीसरे दिन रोग का नाम-निशान नहीं रहेगा।

● **आवाज बैठना**—यदि अधिक गाने या ऊंची आवाज में बातचीत करने से गला (आवाज) बैठ जाए तो निम्न नुस्खा प्रयोग कीजिए, तुरन्त आराम होगा।

कच्चा सुहागा पन्द्रह ग्राम वारीक पीसकर शीशी में रखें। आवश्यकतानुसार चार रत्ती यह औषधि मुह में रखें और रस चूसते रहे।

● **तिल्ली**—राई बीस ग्राम, खील सुहागा आठ ग्राम। दोनों वारीक पीन कर चूर्ण बनाए। दैनिक एक ग्राम प्रातः व एक ग्राम साय मूली के पत्तों के रस में उपयोग करें, बढी हुई तिल्ली गलाने के लिए अत्यन्त लाभदायक है।

● **दाद**—सुहागा, राल तथा गवक प्रत्येक सत्तर ग्राम, कपूर पन्द्रह ग्राम। सब वारीक पीसकर तथा मिश्रित कर रख लें।

आवश्यकतानुसार नीबू के रस में घोलकर लगाए, तनिक चुभेगी परन्तु शीघ्र लाभ होगा।

● **पत्थरी**—सुहागा, जोखार, कलमी शोरा, फिटकरी, नौसादर प्रत्येक पन्द्रह ग्राम पीसकर चार-चार ग्राम प्रातः व साय शर्वत के साथ दें। तीन

दिन में ककर गलकर निकल जाता है। बीस वर्ष से आजमाया जा रहा है और सफल सिद्ध हुआ है।

यदि हर मास चार-पाँच दिन उपयोग होता रहे तो पत्थरी भी हो तो घुलकर निकल जाती है।

● पायोरिया टुथ पाउडर—खील सुहागा पचास ग्राम, समुद्र भाग पचास ग्राम, चाक अर्डाई सौ ग्राम, सत् पोदीना अठारह रत्ती, सत् अजवाइन अठारह रत्ती, चूर्ण त्रिफला मत्तर ग्राम और नमक सत्तर ग्राम। सब वारीक पीसकर मिश्रित करे। पायोरिया के लिए अत्यन्त गुणकारी टुथ पाउडर तैयार है।

● पित्त पाउडर—सुहागा फूला हुआ आठ ग्राम, कपूर एक रत्ती, वोरेक्स पाउडर (जिस्त फूला हुआ) आठ ग्राम, निशास्ता आठ ग्राम खरल कर कपडछन करें, स्नानोपरान्त पित्त पर मलें।

## कपूर

● जीवनामृत—कपूर एक भाग, सत् पुदीना (पीपरमेट) एक भाग, अजवाइन आधा भाग। तीनों को मिलाकर एक शीशी में कार्क लगाकर रखें, दो-तीन घंटे में तीनों चीजें स्वतः घुलकर अर्क-सी बन जाएगी। यदि शीघ्र तैयार करना चाहे तो तीनों चीजें कूटकर शीशी में डालें और मजबूत कार्क लगाए, थोड़ी देर घूप में रखें।

सेवन विधि—वयस्को के लिए इसकी मात्रा दो से चार बूंद तक तथा बच्चों को आयु-अनुसार आधी बूंद से एक बूंद तक दी जाती है। यदि किसी रोग में इस औषधि को बार-बार देने की आवश्यकता हो तो दिन-रात में बारह बूंद से अधिक नहीं देनी चाहिए। यदि किसी रोग में एक ही बार अधिक-से-अधिक मात्रा देने की आवश्यकता हो तो पाँच बूंद से अधिक उपयोग न की जाए।

गुण-धर्म—वाह्यरूप में इसका उपयोग गले-सड़े मांस को ठीक करता है, खुजली दूर करता तथा कीटाणुनाशक है। इसलिए अपने इन गुणों के कारण

सर्व प्रकार की मासल-पीड़ा, गिर-दर्द, कान-दर्द, दंत-पीड़ा, गीने तथा कमर का दर्द और गाठिया तथा मोन आदि में इसके मालिश की जाती है।

“जीवनामृत” सूजन दूर करने का गुण रखता है। फोड़े और फुसिया की आरम्भिक स्थिति में, जबकि उनमें पीप न पड़ी हो, जीवनामृत उपयोग किया जाता है। पुराने रोग के कारण पीठ पर बैठे रहने से जो घाव बन जाते हैं वे इसके लगाने से ठीक हो जाते हैं। कीटाणुनाशक होने के नाते एक्जीमा (जलन व फुसियाँ) दाढ़, चबल, गज तथा सर्प प्रकार की गुजली, जैसे कि अड़कोपो की गुजली और गुदा की गुजली, आदि में गुणकारी है। नाक की दुर्गंध तथा नाक के कीटाणुओं को दूर करने के लिए ‘जीवनामृत’ लाभदायक मिद्ध द्रव्य है। विपैले कीड़े, जैसे बिच्छू, मच्छर, पिस्तू, गटमन, भिड़ इत्यादि के काटे पर अत्यंत चतुर्कारी औषधि है, नुरन्त पीड़ा दूर करती है।

नजला-जुकाम, तीव्र ग्यामी तथा क्षय में इसे सुघाना गुणकारी है।

आंतरिक रूप में उपयोग करने पर मासल-पीड़ा को शांत करता है। मेदे का दर्द, जिगर का दर्द, आंतों का दर्द इसके पिन्नाने में ठीक हो जाते हैं। हैजे में इसके उपयोग से बहुत लाभ होता है, मितली तथा कं रोकने के लिए अति उत्तम वस्तु है।

इसके अतिरिक्त, दस्त, मरोड़, पेट के कीड़े, पसली का दर्द, निमोनिया में भी इसके उपयोग से लाभ होता है। यदि घर में यह औषधि बनाकर रखें तो आवश्यकता समय बहुत से कष्टों में काम आ सकती है।

सेवन विधि—सिर-दर्द में इस औषधि को माथे पर लगाकर उगली से तनिक मल दो। पसली के दर्द और गाठिया में लगाकर मालिश की जाए। फोड़े-फुसियों पर वैसे ही लगा दें। कान में दर्द हो तो सरसो के तेल की बूंद में ‘जीवनामृत’ मिलाकर टपकाए। दाढ़ या दंत-पीड़ा में रुई का फाया तर कर दाढ़ या दांत पर रखें। खुजली (चाहे किसी अंग में हो) और पित्ती में सरसो के तेल में मिलाकर लगाए। दाढ़, गज, चबल में इसे ही लगाइये। यदि ऐसा करने से सूजन हो तो थोड़े सरसो के तेल में मिलाकर लगाए। विपैले कीड़ों के काटे पर दो बूंद डालकर उगली में मल दें। नजला-जुकाम

मे रुमाल पर डालकर (चार-पाँच वूद) सु घाए और गुनगुने पानी में डालकर इससे नाक धोए। मेदे के दर्द में चार वूद गुलाब अर्क में मिलाकर पिलाए। जिगर के दर्द में अजवाइन अर्क में या केवल पानी मिलाकर पिलाए। पसली के दर्द और निमोनिया में पसलियो और सीने पर तेल सरसो मिलाकर मालिश करें और दो-दो वूद अर्क गाऊजबन में मिलाकर पिलाए या शर्वत एजाज में मिलाकर चटाना चाहिए। हैजे में दो वूद गुलाब अर्क में मिलाकर दो-दो घण्टे पश्चात् निरन्तर देते रहना चाहिए—जब तक आराम न हो जाए। प्यास तीव्र हो तो दो वूद मिश्री की डली पर डालकर चूसे।

● सू घिये और दर्द गायब—नौसादर पन्द्रह ग्राम, कपूर चार ग्राम पीस कर शीशी में बन्द रखिए। कैमा ही मिर-दर्द हो इसके सू घने से ठीक हो जाता है। दाढ़ और दाँत का दर्द भी शांत होता है।

● तेल खुजली—कपूर आठ ग्राम, गधक और कलमी शोरा प्रत्येक पन्द्रह ग्राम, हरा तूतिया (नीला थोथा) दो ग्राम। सब को बारीक पीस कर सत्तर ग्राम सरसो के तेल में घोल कर रखें। आवश्यकता समय खुजली के स्थान पर मालिश कर आधा घण्टा तक घूप में बैठें, तत्पश्चात् साबुन और गरम पानी से साफ कर लें। चार दिन तक यह उपचार करने से तरब तरब—दोनों प्रकार की खुजली नष्ट हो जाएगी।

● दाद और चम्बल का रामबाण तेल—कपूर पन्द्रह ग्राम, सत्तर ग्राम तेल तारपीन। पहले कपूर बारीक पीसें और शीशी में रख ऊपर से तेल डाल कर इतना हिलाए कि दोनों मिश्रित हो जाए, फिर मजबूत कार्क लगा कर रखें। प्रातः व साय रई से लगाए। विगड़े से विगड़ा दाद तथा चम्बल दूर हो जाता है।

नोट—तेल तारपीन अच्छी प्रकार गरम कर लें, फिर कपूर इसमें डालें। थोड़ी देर में स्वतः घुल जाएगा। यदि सारा न घुले तो समझें कि तेल तारपीन कम गरम हुआ है, थोड़ा और गरम कर लें।

● शक्तीर दाद—कपूर एक ग्राम, गधक एक ग्राम। थोड़े से मिट्टी के तेल में खरल कर मरहम-सी बना लें। दाद को खुरच कर लगाए, कुछ ही दिनों में कष्ट दूर हो जाएगा।

● **बवासीर**—बैमलीन, जिसमें टाबटर लोग मग्गम बनाने हैं, बहुत मस्ती वस्तु है—एक पाँच, कपूर तीस ग्राम, अफीम शुद्ध तीस ग्राम, सत् पोदीना आठ ग्राम ।

प्रथम अफीम, कपूर तथा सत् पोदीना मिलाकर मग्गम करें । फिर बाँटी-थोड़ी बैमलीन मिलाते जाए कि सारी बैमलीन दूसरी चीजों में अच्छी प्रकार मिश्रित हो जाए । इसे चुले मुह की दोतन में धान कर दें ।

दैनिक रात्रि समय पीतल की पिचकारी में यह मग्गम भर कर गुदा के भीतर पहुँचाए । प्रात भी शीघ्रादि में निवृत्ति पर यही प्रयोग करें । इसके निरन्तर उपयोग में सूनी तथा बाँटी दोनों प्रकार की बवासीर दूर हो जाती है और दर्द तुल्य बन्द हो जाता है ।

जर्मनी में यह मग्गम प्रति वर्ष भारी मात्रा में बेची जाती है ।

● **बट्टदायक सामिक घर्म**—अफीम एक रत्ती, कपूर चार रत्ती । दोनों मिला कर चार पुटिया बनाए, दोदो घण्टे पश्चात् पानी के साथ उपयोग करें ।

● **लिकोरिया**—कपूर, गुलाब अर्क, बटिया ग्लमरीन । सब बराबर वजन लेकर मिश्रित कर लें और चुले मुह की शीशी में रखें । इन औषधि में फाया तर कर पैड के रूप में इस्तेमाल करें । एक मप्ताह में ही पुनना बट्ट दूर हो जाएगा ।

● **अर्क कपूर**—कलकत्ता की एक प्रसिद्ध सत्स्या इसी नुस्खे को अर्क कपूर के नाम से बेचती थी, जिसने मसार में अपनी फाक बँठा दी थी । परन्तु यह मत्थ है कि नुस्खा है भी हैजे की रामवारण औषधि ।

रेक्ट्रीफाईट स्पिरिट एलोपैथिक न० नौ डेढ़ पाँच, पीपरमेट आयल चार औंस, कपूर पांच औंस ।

प्रथम कपूर के टुकड़े कर स्पिरिट की शीशी में डालें और मजबूत कार्क लगाकर धूप में रखें और बार-बार हिलाते रहे । जब कपूर अच्छी प्रकार घुल जाए तो फिर पीपरमेट आयल भी मिला दें—सर्वोत्तम अर्क कपूर तैयार है ।

अर्क कपूर हैजे का तोड़ तथा दस्त और क के लिए एक भरोसे की औषधि है। हैजा जब भीषण रूप धारण कर ले तो इस अर्क को कभी नहीं भूलना चाहिए।

मात्रा—दो से छह बूंद तक स्वच्छ जल में या वताशे में डाल कर उपयोग करें।

● हैजा नहीं होगा—कलमी शोरा तीस ग्राम, कपूर भीमसेनी डेढ़ ग्राम, मिश्री तीन ग्राम। अच्छी प्रकार पीसकर मिश्रित करें।

स्वस्थ व्यक्ति यदि हैजा के दिनों में चार रत्ती प्रातः व सायं गरम पानी से चार-पांच रोज उपयोग करे तो फिर हैजा होने का भय नहीं रहता।

## नौसादर

● सिर दर्द—नौसादर ठीकरी पन्द्रह ग्राम बोटल में डाल कर बोटल को पानी से भरें और हिलाए ताकि मिश्रित हो जाए। यह अर्क सिरदर्द के लिए अक्सीर है। यदि दौरे से सिर-दर्द हो तो दर्द होने से एक घंटा पहले एक मात्रा पिलाए। तत्पश्चात् सिर दर्द-बन्द होते ही तुरन्त दूसरी मात्रा दें यदि हमेशा सिर-दर्द रहता हो तो प्रातः व सायं एक-एक मात्रा पिलाए। कुछ दिन के उपयोग से पुराने से पुराना सिर-दर्द भी ठीक हो जाता है। एक मात्रा में दो चम्मच-भर लें।

● बेहोशी—रोगी को बेहोशी हो या मिर्गी या हिस्टीरिया के कारण मूर्च्छा हो तो निम्न चुटकुले के उपयोग से तुरन्त चेतना प्राप्त हो जाती है। यदि जुकाम बन्द हो, इस कारण सिर-दर्द तथा बेचैनी तो इसके उपयोग से जुकाम बहने लगता है और सिर-दर्द ठीक हो जाता है।

चूना (अनबुझा) और नौदसार दोनों बराबर वजन अलग-अलग पीस कर काच की शीशी में कार्क लगाकर रखें। आवश्यकता समय शीशी हिलाकर तथा तनिक जल द्वारा नम कर रोगी की नाक के सामने रखें, इसकी तीव्र गंध नाक में पहुँचते ही रोगी को होश आ जाता है।



यदि जुकाम बन्द हो, छीक न आती हो, सिर में तीव्र पीडा हो और सास लेने में कठिनाई हो तो ऐसी अवस्था में भी यही सुघाए, नुरन्त नाक खुल जाती है और जुकाम बहने लगता है।

● **अमृत पाउडर**—यह नुस्खा देखने में नितात साधारण-मा दिखाई देता है परन्तु गुण में प्रायः बड़े-बड़े कीमती नुस्खों को परास्त कर देता है। मैंने इस पाउडर को काफी समय तक जेब में रख अनेक रोगों की सफल चिकित्सा की है।

यह मानसिक रोगों के लिये गुणकारी नसवार है, दातों के लिए अद्वितीय - मजन, और मेदा-विकार के लिए चमत्कारी चूर्ण।

काली मिर्च पन्द्रह ग्राम, नौसादर पन्द्रह ग्राम और गेरु तीस ग्राम॥ समस्त सामग्री बहुत पीस कर शीशी में रखें। मात्रा - केवल दो रत्ती।

**सेवन विधि**—सिरदर्द, नजला, जुकाम और मूर्च्छा में थोड़ी-सी लेकर नसवार के रूप में सुघाए। दंत-पीडा, दातों का हिलना, दातों की मूल के लिए मजन के रूप में मलें। अजीर्ण, उदर-पीडा, अफारा, शूल इत्यदि के लिए दो-दो रत्ती सौंफ अर्क (तनिक गर्म करके) के साथ उपयोग करें।

● **दाढ-दर्द**—अफीम एक रत्ती, नौसादर एक रत्ती। दोनों मिलाकर गोली-सी बनाकर दाढ के छेद में रख कर दवा दें, यानि दवा छेद में भर दें, आयु-भर के लिए कष्ट जाता रहेगा और छेद भी बन्द हो जाएगा—एक चमत्कारी उपचार है।

● **खांसी**—यदि खामी के सग वलगम आती हो तो थोड़े-से पानी में खाने वाला नौसादर मिश्रित कर एक दिन में तीन-चार बार पीजिए, खांसी ठीक हो जाएगी।

● **पेट-दर्द**—नौसादर देशी पचास ग्राम, काली मिर्च पचास ग्राम, बड़ी ईलायची सौ ग्राम, मत् पौदीना तीन ग्राम, काला नमक सौ ग्राम।

समस्त सामग्री बारीक पीस कर परस्पर मिला लें और शीशी में बन्द

गुण-धर्म—पेट दर्द, प्यास की तीव्रता, मिचली, अजीर्ण, कब्ज, खट्टी-डकारें, छाती की जलन इत्यादि रोगों में अत्यन्त गुणकारी है।

मात्रा—चार रस्ती से डेढ़ ग्राम आयु के अनुमार तथा रोगी की शक्ति के अनुसार ताजा जल से दिन में दो-तीन बार उपयोग करें।

## गंधक

● गंधक रसायन—गंधक आवलासार विशुद्ध सत्तर ग्राम, छोटी इलायची, दारचीनी, नागकेसर, सत गिलो, त्रिफला (हरड़, बहेड़ा और आवला बराबर वजन) और सोठ—प्रत्येक पन्द्रह ग्राम। सबको अलग-अलग कूट कर मिश्रित करें। इस चूर्ण के बराबर वजन चीनी पीस कर मिला लें।

सेवन-विधि—दो से तीन ग्राम तक प्रातः व सायं मधु में मिलाकर चाटना चाहिए।

छून की खुजली, खसरा, दाद और फुसी इत्यादि रक्त विकार से उत्पन्न सर्व प्रकार के रोगों के लिये कई बार की अनुभूत तथा सफल औषधि है।

इसके अतिरिक्त, स्थायी कब्ज और ववासीर के लिए अत्यन्त गुणकारी है। इसके सेवन से शारीरिक बल बढ़ता है। पुराना ज्वर और वायु को ठीक करती है। कम-से-कम दो मास तक उपयोग करने से भरसक लाभ प्राप्त होगा।

नोट—गंधक शुद्ध करने की विधि इस प्रकार है—

गंधक और घी बराबर वजन कलछी में डाल आंच पर रखें। जब गंधक पिघल जाए तो इससे दस गुना गाय के दूध में ठण्डा करें। इसी प्रकार कम-से-कम तीन बार करें, गंधक शुद्ध हो जाएगी।

● काला दाद—गंधक, सुहागा, मिश्री, फिटकरी—चारों औषधियां बराबर वजन वारीक कूट कर कपडछन करें और दाद को खुजलाकर नीबू-रस के साथ दैनिक एक बार—सात दिन तक लगाए। लगाने पर कुछ कण्ट होगा, परन्तु दाद कैसा ही पुराना हो, तथा खुजलाते-खुजलाते गढ़े ही क्यों न पड़ गये हो, जड़ से दूर हो जाएगा। अत्यन्त सफल चिकित्सा है।

● चवल—गंधक आक्साइड और कार्बोन्सिक मोटा—बराबर बजन करीक कर एक शीशी में डाल कर घूप में रखें, स्वतः तेल-गा बन जाएगा, जो कि चवल के लिए अक्सीर है।  
लगाने से कील निकलेंगे, परन्तु यह रोग फिर नहीं उभरेगा। निरन्तर कुछ दिन तक लगाते रहिए।

## गेरू

● खून बन्द—शरीर के किसी भी भाग से खून बहने के लिए एक चमत्कारी औषधि है।

खामी के कारण फेफड़ों से खून आना, कं द्वारा मेदे में, दन्तों द्वारा आतों से और मूत्र द्वारा मूत्राशय से खून आता हो, गर्मिणी का खून जारी हो जाए, या मासिक-धर्म विकार के कारण खून की तीव्रता हो तो ऐसी सभी स्थितियों में इसका उपयोग आश्चर्यरूप में गुणकारी है—

गेरू और सगजराहत—दोनों बराबर बजन पीस कर शीशी में सुरक्षित रखें।

सेवन विधि—खामी द्वारा फेफड़ों से खून आने की स्थिति में छह ग्राम औषधि में सत मुलेठी और कतीरा प्रत्येक दो रत्ती वारीक पीस कर, शर्वत एजाज तीस ग्राम में मिलाकर चटाए। प्रातः, दोपहर और साय—दिन में तीन बार उपयोग कराने से दो ही दिन में खून बन्द हो जाता है।

● दस्तों द्वारा खून आने में तीन-तीन ग्राम यह औषधि दही या छाछ के साथ दिन में तीन बार उपयोग करनी चाहिए।

● ववासीर व मरोड़ में तीन ग्राम औषधि में पाच ग्राम इस्पगोल मिलाकर दही या छाछ से उपयोग करनी चाहिए।

● खसरा—ग्रीष्म ऋतु में रक्त विकार के कारण शरीर में खुजली होने लगती है और दाग (बब्बे) पड़ जाते हैं। इस स्थिति में गेरू अत्यन्त चारीक पीसकर तथा कपडछत कर पाच-पाच रत्ती की पुडिया बना लें। हर

तीन घंटे पश्चात् दिन में चार बार यह गेरू चूर्ण पन्द्रह ग्राम शुद्ध मधु में मिलाकर उपयोग करना चाहिए ।

इसके अतिरिक्त, गेरू-चूर्ण में पानी मिश्रित कर पतला लेप-सा बनाए और मारे शरीर पर मलें । दो-चार दिन में ही विल्कुल आराम हो जाता है । गेरू वास्तव में कैल्शियम और फौलाद का मिश्रण है, इसलिये यह अत्यन्त गुणकारी है । डाक्टर जिन रोगों में कैल्शियम का प्रयोग करते हैं, उन्हीं रोगों में उसी मात्रा से गेरू उपयोग करके उतना ही लाभ उठाया जा सकता है । कैल्शियम कीमती औषधि है और गेरू केवल पांच नये पैसे- भर का कई रोगियों को लाभ पहुँचा सकता है ।

## रीठा

रीठा एक साधारण पदार्थ है । प्रायः लोग इतना ही जानते हैं कि यह कपड़े धोने के काम आता है । परन्तु रीठे के और भी कई प्रयोग हैं और वह औषधि-निर्माण के काम भी आता है—

● मिरदद और रीठा—पानी की कुछ बूँदें पत्थर पर डालकर रीठे का छिलका इतना घिसें कि पानी खूब गाढ़ा हो जाए ।

आधे सिर का दर्द जिस ओर होता हो, उसके विपरीत तरफ कुछ बूँदें नाक के नथने में टपकाए और प्रकृति का चमत्कार देखें ।

या रीठे का छिलका वारीक पीस कर नस्वार के रूप में सुघर्षें ।

● मूर्छा और रीठा—मिर्गी, हिस्टीरिया या किसी अन्य कारण से अकस्मात् कोई मूर्च्छित हो जाए तो तुरन्त रीठा घिस कर रोगी की नाक में टपकाए, या रीठे का वारीक चूर्ण दोनों नथनों में दो-तीन रत्ती डाल कर बास की खोखली नली या सुनार की घोंकनी से खूब फूँकें । इस प्रकार मिर्गी, हिस्टीरिया या अन्य किसी कारण होने वाली मूर्छा तुरन्त ठीक हो जाती है ।

● रीठे का सुरमा—रीठे का छिलका और सुरमा बराबर ब्रजन वारीक पीस कर रखें । प्रातः व सायं सलाई से आखों में लगाए, जाला फूला, और घुघ आदि के लिए गुणकारी है ।

● चेहरे के घब्वे—चेहरे के घब्वे और छाड़याँ गेठे का छिलका पानी में पीम कर लगाने में दूर हो जाने हैं और चेहरा निम्नरता है ।

● लकवा—रीठा पानी में घिसें और जिम ओर की आग्न बन्द हो उस ओर के नथने में टपकाए और निरन्तर कई दिन तक ऐसा करते रहें । नाक में विपैला पानी न्गरिज होकर आराम हो जाएगा ।

● बवासीर और रीठा—रीठा नूनी व वादी बवासीर के लिए भी उपयोगी है । रीठे का छिलका और रसांत शुद्ध दोनों बराबर वजन बारीक पीसकर पानी में गोघ लें और जगली बेर के बराबर गोलिया बना लें ।

प्रातः निराहार एक गोली ठण्डे जल के साथ उपयोग करें और तत्पश्चात् दाल भूग की खिचड़ी भरसक घी डाल कर सेवन करें । साय भी खिचड़ी ही खाए । कुछ दिन के उपयोग से स्वास्थ्य लाभ होगा ।

● रीठे का छिलका दो भाग और हीराकसीस एक भाग । दोनों अच्छी प्रकार बारीक कर गोलिया बनाए । यह गोलिया बवासीर के मस्मो की शक्सीर है ।

खाने के लिए—रीठे का छिलका गाय के ताजा दूध में अच्छी प्रकार खरल कर एक-एक रत्ती की गोलिया बनाए और छाव में सुश्क करें । एक गोली प्रातः व एक साय दही की छाछ के साथ या गाय के दूध से उपयोग करें, सर्व प्रकार की बवासीर के लिए गुणकारी है ।

● साप काटे का चमत्कारी इलाज—रीठा साप काटे की अद्वितीय औषधि है, कई बार अनुभूत किया गया है और कभी असफल नहीं हुआ । शर्त यह है कि सर्प के कटे व्यक्ति में प्राण बाकी हो, फिर यह चमत्कारी औषधि इसे मरने नहीं देती ।

आठ ग्राम रीठे का छिलका कूड़ी में ठण्डाई के रूप में घोट लें और एक कप पानी डाल कर बिना छाने ही पिलाए, तुरन्त कै और दस्तो द्वारा विष बाहर निकलना आरम्भ होगा । दम-पन्द्रह मिनट पश्चात् फिर उतनी ही मात्रा में रीठे की यह ठण्डाई और पिला दें, और यह सिलसिला उस समय तक जारी रखें जब तक कि रोगी को इस ठण्डाई का स्वाद कड़वा न लगने

नगे जब कड़वा लगने लगे तो ममक लीजिए कि अब विष निकल गया है । तत्पश्चात् रोगी को खूब घी का इस्तेमाल कराते रहें ।

● दत रोग—रीठे के बीज जला कर कोयला बना लें और बराबर वजन नील पिटवरी मिश्रित कर तथा वारीक पीस कर मजन बनाए । मजन के उपयोग में हिलने हुए दात कुछ ही दिनों में ठीक हो जाते हैं । दत-पीडा और दाढ़-दर्द के लिए भी गुणकारी है । जिन लोगों के सब दातों में दर्द रहता है, टण्डा पानी पीने में जान निकलती-नी अनुभव होती है, उनके लिये यह एक चमत्कारी औषधि है ।

● हैजा और दस्त—रीठे का छिलका वारीक पीस कर पानी या गुलाब अर्क में मिलाकर भूग के बराबर गोनिया बनाए और आवश्यकता के समय एक-दो गोली गुलाब अर्क में देते रहें । इससे रोग और दस्त बन्द हो जाएगे । परन्तु जब तक पूर्ण स्वास्थ्य न हो जाए, खाने को कुछ न दें । फिर धीरे-धीरे सागूदाना देना आरम्भ कर दें ।

● पीलिया और तिल्ली—गर्म पदार्थों के अधिक उपयोग में जिगर में पित्त पड़ कर रक्त का रंग पीला हो जाता है । यह पीलापन पहले आँखों में और फिर सारे शरीर में फैल जाता है । पीलिया में गरम और चिकने पदार्थों से परहेज करें । आलू, अरबी बिल्कुल न खाए । तिल्ली प्रायः मौसमी बुखार के बाद बढ़ जाया करती है ।

रीठे का छिलका एक भाग, हरड का छिलका दो भाग । दोनों वारीक पीस कर तथा मधु मिश्रित कर चार ग्राम दैनिक सेवन करें । इसमें दैनिक तीन दस्त होकर तिल्ली कम हो जाती है और पीलिया को भी इससे आराम हो जाता है, क्योंकि दस्तों द्वारा सारी गर्मी खारिज हो जाती है ।

● वीर्य-बल-वर्द्धक—रीठे की गुठली की गिरी वीर्य-बल-वर्द्धक है । इसे वारीक पीस कर बराबर वजन शक्कर मिलाकर दूध के साथ चार ग्राम सेवन करें ।

● सूखे की सफल चिकित्सा—तीन रीठे की गुठली की गिरी वारीक पीस कर काली बकरी (एक रंग की—बिल्कुल काली) के साठ ग्राम दूध में

खरल करें। फिर इसकी चौदह गोलियां बनाएं। दैनिक एक गोली किसी भी रंग की बकरी के दूध में घिस कर पिलानी चाहिए।

यह मात्रा दो वर्ष तक के बच्चे के लिए है। यदि बच्चा बड़ा हो तो इसी मात्रा में गुठली की गिरी अधिक कर लें, चौदह दिन में बच्चे का मुँगा रोग जाता रहेगा।

❁ दमा—एक रोठे का छिलका बारीक पीस कर हलुए या दूध की मलाई में लपेट कर निगल लें, इससे बलगम खारिज होकर एक सप्ताह में बलगमी दमा जड़ से उखट जाएगा।

## तम्बाकू

● दंत पीड़ा की अचूक औषधि—तम्बाकू के खुश्क पत्ते बढ़िया, सुवं गेरू, काली मिर्च—तीनों बराबर वजन बारीक पीस लें और कपडछन कर शोशी में रखें। आवश्यकता के समय मजन के रूप में मलें और कुछ देर पश्चात् कुलना करें।

दंत-पीड़ा के लिए यह एक अद्भुत और चमत्कारी औषधि है। इनके उपयोग में पीड़ा शीघ्र ठीक हो जाती है।

● दात हिलना—तम्बाकू पचास ग्राम, अक्रकरहा सत्तर ग्राम, काली मिर्च पचास ग्राम, खील फिटकरी तीस ग्राम, कपूर दशो पन्द्रह ग्राम—समस्त सामग्री बारीक कर सुरक्षित रखें। प्रातः व सायं दाँतो पर मलें। दो सप्ताह के निरन्तर उपयोग से दाँतो का हिलना वन्द हो जाता है।

● घाव का अचूक तेल—कच्चा तम्बाकू कुचलकर निकाले हुए रस में बराबर वजन तिल का तेल डाल कर आंच पर रख पानी जला लें। तेल रह जाने पर बोटल में भरें।

या—

एक भाग खुशक कड़वा तम्बाकू मोलह भाग पानी मे रात को भिगो कर अगले दिन कड़ाही मे डाल कर पकाएँ । दो भाग पानी रहने पर मल-छान कर इस पानी की आधी मात्रा मे तेल तिल मिला कर दोबारा पकाएँ । तेल वाकी रहने पर छान कर वोतल मे भर लें ।

गहरे-मे-गहरे और पुगने-से-पुगने घाव और नाभूर को भरने के लिए अद्भुत वस्तु है । इससे घाव पर मक्खी नहीं बैठती, दत-पीड़ा और पायोरिया इसके उपयोग मे दूर होता है । जुएँ या चमजुएँ शरीर के किसी भी भाग या मारे शरीर मे पड़ जाएँ, इस तेल के एक ही बार लगाने मे मर जाती हैं । बच्चों के भिग के घाव तथा बिगड़े घाव जो ठीक होने मे न आते हो, इसके लगाने मे बहुत शीघ्र ठीक हो जाते हैं ।

● विपसे जन्तुओं के काटे का इलाज—तम्बाकू का क्षार साप के विप को काटने के लिए एक चमत्कारी वस्तु है । भिड़, बिच्छू का विप, काटना तो इसके लिए एक साधारण-सी बात है ।

तम्बाकू का पौधा जड़ सहित उखाड़ कर छाँव मे सुला कर तथा किसी खुले स्थान पर ढेर लगा कर आग लगाएँ, और स्वयं धुएँ से बचें । जल कर राख हो जाने पर राख को चार गुना पानी मे धोलें, और कपडछान कर रखें । जब राख नीचे बैठ जाये तो नियरे पानी को कड़ाही मे डाल कर आंच पर पकाएँ । पानी जल जाने पर इसमे से निकले क्षार को बारीक पीस लें ।

यह क्षार अत्यन्त विपेली वस्तु है, परन्तु दूसरे विप को काटने के लिए अक्सीर है ।

साप के काटे स्थान पर एक रक्ती यह क्षार पन्द्रह ग्राम, गरम पानी मे धोल कर इजेक्शन कर दें, विप दूर हो जाएगा । या उम्तरे आदि से घाव मे चीरा देकर यह क्षार खुशक ही भर दें, रक्त मे मिलकर विप को अत्यन्त तेजी से वेकार कर देगा । विपेली मक्खी, भिड़, बिच्छू इत्यादि का विप तो इसके लेप से ही ठीक हो जाता है ।



## चूना

चौथाई किलो अनबुझा चूना पाँच किलो पानी में मिट्टी के बर्तन में घोलें और अच्छी प्रकार हिलाकर रख दें। दो-चार घंटे पश्चात् जब चूना नीचे बैठ जाए और पानी स्वच्छ दिखाई देने लगे तो पानी को सावधानीपूर्वक बोटलो में भर लें। इस पानी पर एक श्वेत-सी तह जम जाया करती है, पानी निथारते समय इसे भी उतार दें। यह चूने का पानी है, इसमें बहुत थोड़ी मात्रा में चूना घुला रहता है।

● हैजा—तीस ग्राम चूने का पानी पन्द्रह-पन्द्रह मिनट पश्चात् पिलाएँ, रोगी ठीक हो जाएगा।

हैजे के रोगी को रोग की तीव्रता में या जब रोगी कमजोर होकर मृत्यु के मुह में जा रहा हो और ठण्डा पसीना आ रहा हो तो ऐसी स्थिति में चूने का पानी अत्यन्त लाभदायक सिद्ध हुआ है। दो-दो चार-चार मिनट पश्चात् चूने के पानी के दो-चार चम्मच पिलाते रहें, इससे शीघ्र पसीना आना बन्द हो जाता है और शरीर में गरमी आते-आते रोगी स्वस्थ हो जाता है।

● वच्चो का सूखा—यह एक बहुत घातक रोग है। चूने के पानी में दो गुना चीनी मिलाकर इसका शर्वत तैयार करें।

यह शर्वत वच्चो के लिए अत्यन्त लाभदायक है, और वच्चे इसे प्रमन्नतापूर्वक पीते हैं। दूधपीते वच्चे को डमकी चार से बीस बूँद तक दिन में दो-तीन बार दूध में मिलाकर पिलाना चाहिए। चूने के पानी में तैयार हुआ शर्वत जल्दी विकृत नहीं होता।

● खून बन्द होगा—चूने का एक-एक ग्राम पानी दिन में चार बार सादे पानी में मिलाकर पिलाने से बवासीर का खून बन्द हो जाता है। स्त्रियों के अधिक मासिक स्राव के लिए भी इसी प्रकार उपयोग करना चाहिए। नकसीर जाने, फेफड़ों, गले, मसूढ़ों या किसी प्रकार के घाव से खून जारी होने में भी इसी प्रकार उपयोग कराएँ।

ताजा घाव से यदि खून बन्द न होता हो तो चूने के पानी में रुई भिगी कर घाव पर मजबूती से बाँध दें । इससे खून तुरन्त बन्द होगा ।

● **कमजोर दिल**—दिल की बढकन कमजोर पड गई हो या नाडी मुस्त चलती हो तो भी चूने के पानी से लाभ होता है—पिलाने से भी और इजेक्शन से भी ।

एक-एक औंस चूने का पानी थोड़े-थोड़े समय पर पिलाना चाहिए ।

● **बच्चों के हरे-पीले दस्त**—छह मास तक के बच्चों को पाँच बूँद तथा छह मास से एक वर्ष के बच्चों को दस बूँद चूने का पानी तथा दो वर्ष तक के बच्चों को बीस बूँद दैनिक थोड़ा पानी मिलाकर अथवा पानी मिले पतले और तनिक गरम दूध में मिलाकर पिलाएँ ।

● **बच्चों की कमजोरी**—जबकि हड्डी का बनना बन्द हो गया हो, या हड्डी में कीड़ा लग गया हो या हड्डी गलनी आरम्भ हो गयी हो या सिर और मुँह के बाल जिनका सम्बन्ध हड्डियों से है, झडते हो, या कमजोर पड गए हो तो भी चूने का पानी गुणकारी है । एक-एक औंस या तनिक कम या अधिक चूने का पानी दिन में तीन-चार बार पिलाएँ ।

## तुलसी के चमत्कार

हमारे पूर्वजों ने तुलसी की बहुत प्रशंसा की है । और इसका सबसे बड़ा कारण यह है कि इसमें जीवनामृत जैसे द्रव विद्यमान हैं । यह दो प्रकार की होती है—हरी और काली । हरी तुलसी में कुछ कम गुण नहीं होते, परन्तु काली तुलसी की तो बात ही निराली है ।

● **पौरुष-बल वर्द्धक**—तुलसी के बीज में पौरुष निर्बलता दूर करने का स्वाभाविक गुण है । इसके उपयोग से पतला वीर्य गाढ़ा होता है तथा उसमें वृद्धि होती है । शरीर में वास्तविक गर्मी और शक्ति उत्पन्न होती है । गैस और कफ से उत्पन्न होने वाले अनेक रोग मिट जाते हैं ।

आए दिन वेशुमार युवक इशतहारी पौरुष-बलवर्द्धक ओपधियो के पीछे भागते हैं। यदि वे तुलसी के बीज पीसकर बराबर वजन गुड मिलाकर डेढ़-डेढ़ मासे की गोलियाँ बना लें और प्रातः व साय एक-एक गोली गाय के ताजा दूध के माथ उपयोग करें तो पाँच सप्ताह में ही उनकी समस्या चिन्ता दूर हो जायगी।

● तुलसी के बीज लेसदार तथा वीर्य-बलवर्द्धक होने के नाते वीर्य विकार में उपयोग किये जाते हैं।

तुलसी के बीज प्रातः या मायं छह छह मासे फाँक कर ऊपर से गुनगुना दूध पीया जाए तो इसके निरंतर उपयोग में वीर्य गाढ़ा हो जाता है।

● ज्वर—मर्दी के ज्वर में तो तुलसी विशेष काम करती है। इसके उपयोग से मर्दी छाती में नहीं उतरने पाती, और छाती में उतरी हुई मर्दी कफ के रूप में बाहर निकल जाती है। छाती का दर्द भी कम हो जाता है। तुलसी के पत्तों का रस एक-दो तोले डेढ़ में तीन मासे तक चूर्ण काली मिर्च मिलाकर पीने में तीव्र से तीव्र ज्वर भी ठीक हो जाता है।

तुलसी की पत्तियाँ और काली मिर्च की गोलियाँ मलेरिया के लिए कोनीन का काम करती हैं। तथ्य यह कि तुलसी के रस में मलेरिया के कीटाणु नष्ट करने का अद्भुत गुण है।

● एक तोला काली मिर्च सोलह पहर तक तुलसी के रस में रगड़कर काली मिर्च के बराबर गोलियाँ बना लें, सुखाकर शीशी में रखें। एक से लेकर तीन गोली तक आयु-अनुसार सर्व प्रकार के ज्वर के लिए दिन में तीन बार तक दे सकते हैं। तेज से तेज ज्वर भी ठीक हो जाएगा।

● तुलसी के ताजा या सुखक पत्ते छह माशा, सोठ, दारचीनी, इलायची, सीफ प्रत्येक एक-एक माशा मालकर चाय बनाए और मौसकी बुखार, के दिनोंमें पीएँबुखार खाँसी और मीने की खरखराहट के लिये अत्यन्त लाभप्रद भेदे का बल प्रदान है, करती है तथा जुकाम को ठीक करती है।

मलेरिया के मौसम में दो-चार दाने काली मिर्च और तुलसी के पत्ते चबा लेना स्वास्थ्य रक्षा के लिए उत्तम है।

● **मलेरिया की अचूक औषधि**—दस तोले तुलसी के पत्तों के रस में एक तोला चूर्ण छोटी इलायची मिलाकर इतना खरल करें कि सुगमतापूर्वक दो दो रत्ती की गोलियाँ बनाई जा सकें ।

मलेरिया ज्वर के लिए अत्यन्त ही लाभप्रद औषधि है, प्रायः प्रथम मात्रा देने से ही ज्वर रुक जाता है वरन् दो-तीन बार देने से तो निश्चय ही आराम हो जाता है ।

● **ताजा तुलसी का रस तथा काली मिर्च** बराबर वज्रन खरल करके दो-दो रत्ती की गोलियाँ बनाएँ । मात्रा व सेवन विधि ऊपर दिये अनुसार ।

● **जुकाम और खाँसी**—खुश्क पत्तों का काढ़ा जुकाम, खाँसी तथा दस्तों की बढ़िया घरेलू दवा है ।

तुलसी के रस में बलगम को पतला कर खारिज कर देने का गुण है, इसी कारण यह जुकाम और खाँसी में लाभप्रद है । यदि तुलसी के रस में मधु, अदरक और प्याज का रस भी उचित मात्रा में मिलाया जाए तो यह खाँसी और दमे के लिए एक अक्सीर बन जाती है । इस उद्देश्य के लिए केवल मधु के साथ उपयोग करना भी अत्यन्त गुणकारी है ।

● **वैदिक चाय**—तुलसी का रस, गोरख पान वूटी, सुख चंदन और सौंफ प्रत्येक एक पाव, दारचीनी, तेजपात, बड़ी इलायची, सगव वाला, मुलेठी प्रत्येक आध पाव, लौंग एक तोला । समस्त सामग्री बारीक करके मिला लें ।

विधि आधा सेर पानी में छह माशे वैदिक चाय डालकर उबालें । दो-तीन उबाल आ जाने पर नीचे उतारकर छान लें और इच्छानुकूल दूध चीनी मिलाकर चाय के समान पीएँ । दिन में एक-दो बार यह चाय उपयोग की जा सकती है ।

**गुण-धर्म** स्वदेशी जड़ी वूटियों से बनी यह चाय अत्यन्त गुणकारी तथा सुगन्धित है । नज़ला-जुकाम, खाँसी, सिर-दर्द और कब्ज आदि के लिए उपयोगी है । दिल-दिमाग व मेदों को शक्ति प्रदान करती है । बाजारी चाय से कई गुना बढ़िया यह चाय पौरुष बलवर्द्धक भी है । इस पर भी खूबी यह कि

तनिक भी नशीली नहीं । इसलिए जिन्हे चाय की आदत पड़ चुकी है उनके लिए यह एक अत्यन्त बढ़िया पेय है, चाय की आदत छोड़कर इसका उपयोग आरम्भ कर दें ।

● साप काटे की दवाई—यदि माप काटे व्यक्ति पर तुलसी उपयोग की जाए तो उसके प्राण बच जाने की बहुत ही अधिक सम्भावना रहती है । साप काटने पर तुरन्त एक मुट्ठी तुलसी की पत्तियाँ खा लेनी चाहिए और साथ ही काटे स्थान पर तुलसी की जड़ मक्खन में घिसकर लगानी चाहिए । आरम्भ में इस लेप का रंग श्वेत रहेगा परन्तु ज्यों-ज्यों यह विष मीचेगा वह काला पड़ता जाएगा । जब इसका रंग अच्छी तरह काला दिखाई देने लगे तो इसकी बजाए दूसरा लेप लगा देना चाहिए । यह लेप तब तक बदलते रहना चाहिए जब तक कि इसका काला पड़ना बंद न हो । जब यह लेप काला न पड़े तब समझना चाहिए कि अब विष का प्रभाव नष्ट हो चुका है ।

भला जो तुलसी साप का विष दूर करने की शक्ति रखती है वह बिच्छू, भिड़ आदि विषैले कीड़ों का विष क्यों नहीं उतारेगी ? भिड़ या बिच्छू के डक पर तुलसी के पत्तों के रस में सेंधा नमक मिलाकर रगड़ने में बिच्छू का विष दूर हो जाता है ।

● त्वचा विकार—तुलसी के पत्तों का रस और नीबू बराबर बजन मिलाकर दाद, खुजली तथा अन्य त्वचा रोगों में मालिश करने से भरमक लाभ होगा ।

● इस शर्क की यदि चेहरे पर मालिश की जाए तो चेहरे के काले धब्बे तथा छालियाँ दूर होकर रंग निखरता है ।

● घाव को कीटाणुओं से सुरक्षित रखने के लिए तुलसी की खुशक पत्तियों का चूर्ण छिड़का जाता है ।

● इसकी पत्तियों के काढ़े से गंदे घाव धोने से बहुत लाभ होता है ।

● तुलसी का तेल—तुलसी की पत्तियाँ, फूल, टहनियाँ और जड़ें, यानि तुलसी का पूरा पौधा लेकर कूट ले । यदि यह समस्त सामग्री एक सेर हो तो आधा सेर पानी मिला दें, साथ ही आधा सेर तिल का तेल भी डालें । अब

इस घोल को घीमी-वीमी आंच पर पकाएँ। पानी जल जाने और तेल बच रहने पर मल छान लें। यह तेल सर्व प्रकार के घाव यहाँ तक कि प्रदाह के घाव तक ठीक कर देता है।

● श्वेत दागों पर भी यह तेल दिन में दो-तीन बार लगाया करें। तेल लगाने से पहले दागों को कपड़े से रगड़ लेना चाहिए।

● यदि खुजली के कारण शरीर पर फुसियाँ हो गई हों तो इसी तेल की मालिश करनी चाहिए।

● पेट के रोग—तुलसी की पत्तियों का रस एक तोला दैनिक प्रातः पीने से मरोह और अजीर्ण में गुणकारी है।

● तुलसी की पत्तियों का रस कं में लाभप्रद है।

● तुलसी की पत्तियों का रस पेट के कीड़े मारता है।

● यदि वच्चे को उबकाई आती हो और किसी औषधि से बंद न होती हो तो उसे थोड़े मधु में तुलसी का रस मिलाकर देने से तुरन्त लाभ होगा। यदि वच्चे के पेट में दर्द हो तो तुलसी और अदरक का रस बराबर वजून तनिक गरम कर वच्चे को पिलाइये, तुरन्त दर्द वन्द होगा। यदि वच्चे को इस औषधि का दैनिक उपयोग कराया जाए तो उसके पेट में कभी कोई विकार उत्पन्न नहीं होगा।

यदि वच्चे को शौच साफ न होता हो या उमका पेट फूल जाना हो तो उसे तुलसी की पत्तियों का गुनगुना रस पिलाइये। इससे शौच ठीक होगा और पेट का अफारा तथा ऐसे ही अन्य विकार भी दूर होते हैं।

● जिस व्यक्ति का हाजमा कमजोर हो, दिमाग कमजोर हो, शरीर में किसी प्रकार की गर्मी अनुभव होती हो—उसे गर्मी के दिनों में प्रातः तुलसी की पाच-सात पत्तियाँ, तत सदाने बादाम, चार छोटी इलायची और काली मिर्च—सब घोटकर दूध और मिश्री मिलाकर पिलाइये। दो-तीन दिन में ही लाभ होगा।

## ग्लो के चमत्कार

ग्लो एक प्रसिद्ध वूटी है। इसकी वेल लम्बी बढ जाती है। इसके पत्ते पान के पत्ते के समान होते हैं। यह वूटी ज्वर के लिए अक्सीर का प्रभाव रखती है, रक्तशोधक भी है।

हरी ग्लो, न बहुत मोटी न पतली, लेकर टुकड़े करें और अथकुटा कर वर्तन में आठ गुना पानी में भिगो दें। पच्चीस घंटे पश्चात अच्छी प्रकार मलें और गाद जब नीचे बैठ जाए तो हरे रंग के रेशे सावधानीपूर्वक निकाल लें। फिर कुछ घंटे पश्चात हरे रंग का निथरा पानी सावधानी से निकाल निम्ना जाए। इतना ही पानी और डालें। दो-चार बार यह प्रयोग करें। जब नीचे बैठने वाला भाग साफ हो जाए तो पानी पृथक् कर घूप में सुखा लें। यही सत ग्लो है।

यह सत ग्लो दिन में तीन-चार बार एक माशा से तीन माशा तक ताजा पानी के साथ उपयोग करना सर्व प्रकार के ज्वर के लिए लाभप्रद है।

● सत ग्लो, तवाशीर, दाना छोटी इलायची प्रत्येक एक माशा, कूजा मिश्री डेढ़ तोला। समस्त सामग्री का चूर्ण बनाएँ। चार से छह माशे तक प्रातः व माय शर्वत वजूरी के साथ उपयोग करने से पुराना ज्वर दूर होता है।

● सत ग्लो और शक्कर बराबर वजन—दोनों मिलाकर रख लें, एक से तीन माशे तक दैनिक ताजा पानी में उपयोग करें पित्त का ज्वर ठीक होगा।

● भलेरिया—ताजा ग्लो एक तोला, अजवाइन एक माशा, काली मिर्च चार दाने और एक छटाक—टण्डाई की तरह रगटकर दैनिक प्रातः सेवन करें।

● पुराना ज्वर—हरी ग्लो एक तोला, अजवाइन देसी छह माशे—प्रातः ढाई छटाक पानी में मिट्टी के वर्तन में भिगोएँ। अगले दिन प्रातः घोटकर तथा छानकर थोड़ा शर्वत नीलोफर मिश्रित कर सेवन करें, एक सप्ताह में पूर्ण स्वास्थ्य होगा।

● ग्लो एक तोला, लाहौरी नामक एक तोला, अजवाइन देशी छह माशे । समस्त सामग्री डेढ पाव पानी में किमी मिट्टी के वर्तन में भिगोकर रखें और दिन-भर इसे घूप में पड़ा रहने दें । रात्रि समय ओस में रखें । दूसरे दिन प्रातः मल-छान कर पीएँ, थोड़े ही दिनों में पुराना ज्वर ठीक हो जाएगा ।

● बारी का ज्वर—ग्लो की जड़ एक तोला का काढ बनाकर रोगी को दो-तीन बार पिलाएँ, शर्तिया बारी का ज्वर ठीक हो जाएगा । आहार मूँग की दाल और रोटी ।

रक्त शोधक—हरी ग्लो एक तोला और उनाव एक तोला—दोनों को तीन छटाक पानी में घोटकर, साफ़ करके, शर्वत उनाव तीन तोले मिलाकर प्रातः सेवन करें । सर्व प्रकार के रक्त विकार में कुछ दिनों तक उपयोग करें ।

खसरा व तित्त नाशक—तीन तोले हरी ग्लो कूटकर आधा सेर पानी में पकाएँ, आधा पाव रहने पर मलछान लें । इसमें दो तोले मधु मिलाकर निरंतर एक-दो सप्ताह तक सेवन करने से पित्त तथा खसरा आदि शिकायतें दूर हो जाती हैं ।

● पीलिया—एक तोला ग्लो के पत्ते पीसकर तथा गाय की छाछ में मिलाकर, पहले तीन माशे सत् ग्लो खाए और फिर ऊपर से यह छाछ पिए । दो-तीन दिन के उपयोग से पीलिया रोग ठीक होगा । यदि रोगी को कब्ज हो तो प्रथम कब्ज की चिकित्सा की जानी चाहिए । कब्ज करने वाले आहार से परहेज करें । आहार चावल, मूँग की दाल और पालक आदि ।

● गठिया—खुशक ग्लो अच्छी प्रकार पीसकर छान लें । प्रातः तीन माशे गाय के दूध से सेवन करें, गठिया रोग ठीक होने के अतिरिक्त यूरिक एसिड के लिए भी अत्यन्त गुणकारी है ।

● मधुमेह—हरी ग्लो एक तोला दो छटाक पानी में घोटकर तथा छानकर प्रातः सेवन करें, मधुमेह में लाभप्रद है ।



आहार दही, जितनी मात्रा में पच सके । एक मास में पूर्ण लाभ होगा ।

● ताजा ग्लो छाँव में सुखाकर तथा कूटकर कपटछन करे और बग-वर वजन देशी चीनी मिश्रित करें । छह-छह मासे प्रातः व साय ताजा पानी से सेवन करे, मधुमेह के लिए प्रभावोत्पादक औषधि है ।

● प्रमेह—हरी ग्लो एक तोला को तीन छटाक पानी में घोट कर छान ले और ढाई तोले मिश्री मिलाकर छह माशा चूर्ण शतावर के साथ प्रातः उपयोग करे, प्रमेह के लिए उपयोगी है ।

ताजा ग्लो तीन तोले रस में थोड़ी मिश्री मिलाकर दो सप्ताह तक निरंतर उपयोग करने से रोग नष्ट हो जाता है ।

● श्वेत प्रदर (स्त्रियो का प्रमेह)—जिन स्त्रियो को प्रमेह रोग रहता है, उन्हें प्रातः श्वेत तथा दुर्गंधमय तरल पदार्थ जारी रहता है । ऐसी स्त्रियाँ बहुत कमजोर हो जाती हैं ।

एक तोला चूर्ण शतावर छह मासे ग्लो के काढ़े से दैनिक उपयोग करें, एक-दो सप्ताह में बिल्कुल आराम हो जाएगा । कब्ज करने वाले आहार तथा खट्टे पदार्थों से परहेज करे । घी उपयोग करे ।

● हिचकी—ग्लो और सोठ बराबर वजन कूट ले । इसकी नसवार देने से हिचकी बंद हो जाती है ।

● कं—हरी ग्लो दो तोले कूटकर दो सेर पानी में उवाले, आधा सेर रहने पर मल-छन कर और मधु मिलाकर रखे । कं के रोगी को थोड़ा-थोड़ा पिलाए, कं निश्चय ही बंद होगी ।

● पेट के कीड़े—हरी ग्लो एक तोला, काली मिर्च छह दाने, वावर्डिंग तीन मासे । प्रातः घोटकर तथा छानकर आध पाव उपयोग करें । पेट के कीड़ों की अक्सीर है । दूध तथा दूध के पदार्थों से एक मास तक परहेज रखे ।

● खासी—हरी ग्लो एक तोला आध पाव पानी में घोटकर तथा छानकर दो तोले मधु मिश्रित कर प्रातः सेवन करे, खासी के लिए उपयोगी है ।

## ब्राह्मी वूटी के चमत्कार

ब्राह्मी की दो प्रकार हैं—माधारण ब्राह्मी वेल के समान होती है। इसकी टहनिया जड़ ने निकलती हैं। दूसरी प्रकार की पौधे के समान होती है जिसकी परिधि लगभग डेढ़ गज होती है। वेल वाली ब्राह्मी पेड़ वाली ब्राह्मी ने अधिक गुणकारी है। यह वूटी भारत में पंजाब से लेकर श्रीलंका और मिगापुर तक नदी नालों के निकट या सरोवर तट या आर्द्र घरती में पायी जाती है। प्रकृति ने इन वूटी में अद्भुत गुण भर दिए हैं, इसलिये यह निम्नलिखित रोगों में श्रत्यन्त सफलापूर्वक उपयोग की जा सकती है :

● मानसिक रोग—यह मस्तिष्क-बल और स्मरण-शक्ति बढ़ाने की विशेष औषधि है। इसका उपयोग करने वाला दीर्घायु होता है।

● ब्राह्मी चूर्ण—ब्राह्मी के खुश्क पत्ते बारीक पीस लें। चार-चार रत्ती प्रातः व सायं दूध के साथ उपयोग करें। यदि पुगने से पुराना म्बन्धदोष व प्रमेह भी हो तो भी जड़ से दूर हो जाता है। यदि प्रमेह अधिक वीर्य के कारण हो तो ब्राह्मी चूर्ण दूध की बजाए पानी के साथ सेवन करें, प्रमेह, स्वप्नदोष तथा मूत्र जलन को ठीक करता है—कई बार का अनुभूत है।

● ब्राह्मी ठण्डाई—हरी ब्राह्मी के पत्ते तीन से छह मासे तक, बादाम गिरी चौदह दाने, कद्दू गिरी तीन मासे, छोटी इलायची चार दाने, काली मिर्च पांच दाने—ठण्डाई के समान घोट कर तथा इच्छानुकूल मिश्री मिला कर उपयोग करने से दिमागी गर्मी-खुश्की दूर होती है, भूख खूब बढ़ती है, स्मरणशक्ति तेज होती है तथा मस्तिष्क को बल मिलता है और दीर्घायु होती है। यह ठण्डाई ज्वेष्ठ और आपाठ मास में दो से चार सप्ताह तक सेवन की जाती है।

● ब्राह्मी शर्वत—ब्राह्मी पत्ते चार तोले (खुश्क), बादाम गिरी चार तोले, कद्दू गिरी चार तोले, काली मिर्च एक माशा, छोटी इलायची तीन मासे। समस्त सामग्री एक सेर गुलाब अर्क में ठण्डाई के रूप में घोट कर छान लें। तत्पश्चात् इसमें सवा सेर चीनी मिलाकर चाशनी तैयार करें और

बोतल में सुरक्षित रखें । मात्रा दो तोले में चार तोले तक ठण्डे पानी में मिलाकर सेवन करें । बढी हुई दिमागी गर्मी व ताप के लिये श्रवणीर है । गर्मी के दिनों में प्यास बुझाने और ठंडक पहुँचाने के लिये श्रवण श्रोपधि है ।

● शर्क ब्राह्मी—ब्राह्मी खुश्क एक छटाक, बीज रहित मुनक्का एक छटाक, तुलसी की पत्तिया एक छटाक, छोटी इलायची एक छटाक, लींग एक छटाक, शक्क पुष्पी आधी छटाक । समस्त सामग्री आठ गुना पानी में चौबीस घण्टे तक भिगो रखें, तत्पश्चात् शर्क उद्धरण करें ।

इस शर्क के उपयोग से रंग नाल हो जाता है, आवाज निम्नन्ती है, खासी और वात की समाप्ति होती है, खुजली तथा रक्त विकार की शिकायतें ठीक हो जाती हैं, मस्तिष्क को बल मिलता है, भूख खूब लगती है ।

भोजनोपरांत उपयोग करें । मात्रा एक छटाक ।

● नेत्र-रोग—ब्राह्मी के उपयोग में दृष्टि को बल मिलता है, विशेषकर वृद्धों के लिए जिनका मस्तिष्क कमजोर हो जाने के कारण दृष्टि धीमा हो गई हो, अत्यन्त लाभप्रद है ।

● ब्राह्मी एक तोला, शक्कपुष्पी तीन माशे, बादाम गिरी दो तोले, चारो मगज चार तोले, गिरी धनिया (जिसका ऊपरी छिलका उतरा हो) एक तोला, त्रिफला तीन तोले, गोखरू एक तोला, सोंठ एक तोना—कूट-पीस कर चूर्ण बनाए । मानसिक बलवर्द्धक तथा दृष्टि तेज करने के लिए बढिया श्रोपधि है ।

मात्रा तीन माशे दैनिक दूध के साथ । गाए के घी का इस्तेमाल भी जारी रखें ।

● ब्राह्मी खुश्क और बादाम गिरी (छिलका रहित बराबर वजन काली मिर्च आठवा भाग (ब्राह्मी और बादाम गिरी दोनों को), पानी में घोट कर तीन-तीन माशे की टिकिया बनाए, स्मरण-शक्ति तथा दृष्टि के लिए एक टिकिया दैनिक दूध के साथ उपयोग करें ।

● पुरुष-रोग—ब्राह्मी के उपयोग से कई प्रकार की पौरुष-कमजोरी दूर हो जाती है । यदि ब्राह्मी के पत्ते ताजा मिलें तो अच्छा बरन् खुश्क पत्ते पानी

में भिगोए, नरम होने पर कपड़े से साफ करे ताकि पत्तों के ऊपर का पानी खुशक हो जाए। तत्पश्चात् इन पत्तों को गाय के घी में भूनें, मावधान रहिए कि पत्ते कहीं जल न जाए वरन् प्रभाव-रहित हो जाएंगे। फिर निकाल कर पीन लें। यह भुनी ब्राह्मी दम तोले, वादाम गिरी पाच तोले, पिस्ता गिरी दो तोले, चारो मगज पाच तोले, चावल किशनीज पाच तोले, दाना छोटी इलायची एक तोला। समस्त सामग्री कूट कर चूर्ण बनाए।

**गुण-धर्म**—वीर्य को गाढ़ा करने तथा बढ़ाने के लिए अक्मीर है। एक माशा ताजा दूध के साथ उपयोग करें। घी का अधिक सेवन करना चाहिए ताकि खुशकी न हो।

● घी में भुनी ब्राह्मी एक तोला, वादाम गिरी दम तोले, चारो मगज चार तोले, शखपुष्पी एक तोला। समस्त सामग्री पीस कर चूर्ण बनाए।

**गुण-धर्म**—शरीर बलवर्द्धक और वीर्यविकार नाशक है।

मात्रा तीन माशे गाय के दूध से। दूध, घी, मलाई और मक्खन अधिक सेवन करें।

● ब्राह्मी एक तोला, शखपुष्पी एक तोला, चारो मगज चार तोले, पिस्ता गिरी एक तोला। समस्त सामग्री चूर्ण करें और बराबर वजन मिश्री मिलाए। शीघ्रपात को ठीक करता है। मात्रा छह माशे, दूध के साथ।

● स्त्री-रोग—जिन स्त्रियों का दूध कम हो, पाच-छह ब्राह्मी पत्ते तथा काली मिर्च रगड़कर पिलाने से दूध अधिक हो जाता है।

यदि गर्भिणी को ब्राह्मी का रस दूध में मिलाकर पिलाते रहे तो बच्चा स्वस्थ तथा तेजस्वी उत्पन्न होगा।

## वनफशा के चमत्कार

वनफशा दो प्रकार का होता है—एक असली और दूसरा जगली। सुगन्धित दवाई में ऐसा वनफशा प्रयोग किया जाता है जिसका फूल नीला हो और हो।

जिम श्रीपथि में वनफशा लिखा हो उसका तात्पर्य फूल से ही होता है।

● जुकाम—एक तोला वनफशा पानी में उबालें और मलछन कर तथा

मीठा करने के लिए बत्ताशे डाल कर गरम-गरम दिन में तीन-चार बार पीए, जुकाम एक दिन में जाता रहेगा ।

नोट • वनफशा बहुत अधिक न पकाना चाहिए वरन् इसका प्रभाव कम हो जाता है ।

● वलगम और पित्त—चौदह माशे वनफशे के फूल पीम कर तथा इतनी ही चीनी मिला कर गरम पानी से फाड़ लें, दस्त था कर वनगम और पित्त खारिज हो जाते हैं ।

● शर्वत वनफशा—इसकी विधि इस प्रकार है वनफशे के फूल यदि खुश्क हो तो दो तोले और यदि ताजा हो तो पाव भर लें । इन्हें पानी में उबाल कपडे में छान लें । तत्पश्चात् एक सेर चीनी मिलाकर चाशनी बनाएँ ।

गुग्गु-धर्म—यह शर्वत नजला व जुकाम के लिये लाभप्रद है, मेदे की सूजन को ठीक करने के लिए उत्तम है, कब्ज खोलने का गुग्गु भी इसी में है । आँखों की पीड़ा तथा मूत्र-जलन को ठीक करता है ।

● पाच छटाक फूल वनफशा आवश्यकतानुसार गुलाब अर्क में चौबीस घण्टे तक भिगोकर पाच भाग कर लें । एक भाग को तीन सेर पानी में उबालें, पाच छटाक पानी सूखने पर मल-छानकर इसमें दूसरा भाग डालें । जब फिर पाच छटाक पानी सूख जाय तो फिर तीसरा भाग वनफशा डाल दें । इन प्रकार जब लगभग पाच छटाक पानी रह जाए तो पाच छटाक चीनी मिला कर शर्वत की चाशनी बना लें ।

मात्रा एक से दो तोले तक दिन में दो-तीन बार उपयोग करें । यदि खामी के लिए भी उपयोगी बनाना हो तो हर बार एक तोला मुलेठी कूट कर मिलानी चाहिए ।

## धीक्वार के चमत्कार

धीक्वार का पौधा भारत में विभिन्न स्थानों पर प्रत्येक ऋतु में पाया जाता है । इसके डठल को यदि आढा काटा जाए तो इसमें से एक स्वच्छ-श्वेत, गाढा और लेमदार तरल पदार्थ निकलता है जिसे खुश्क करके पाउडर बनाया जा सकता है । प्रायः रोगों में शक्मीर का प्रभाव रखता है ।

● नेत्र-रोग—लुआव धीक्वार तीन माशे, अफीम एक रत्ती—घिमकर

कनपट्टियो पर लेप लगाना आधे सिर के दर्द के लिये अत्यन्त गुणकारी है ।

● गूदा धीक्वार छह मासे, फिटकरी श्वेत चार रत्ती । अच्छी प्रकार सरल करके आख पर लेप करने से आख की लाली नष्ट होती है, और आख की चोट के लिये लाभप्रद है ।

● लुआव धीक्वार में तनिक पिसी फिटकरी मिलाकर रात्रि समय श्रोम में रत्ते, प्रातः छान कर शीशी में रख लें । आख की लाली, कुक्करे, धु घ तथा जाले आदि में दो बूंद आख में टपकाना अत्यन्त लाभप्रद है ।

● लुआव धीक्वार मलमल के कपड़े में छान लें । आँखों की लाली के लिए दो बूंद डालें, अक्मीर है । छानने के लिये काच का वर्तन प्रयोग कीजिए ।

● खांसी-दमा—लुआव धीक्वार एक तोला और पिसी सोठ एक माशा—मिलाकर उपयोग करने से तुरन्त लाभ होता है ।

● लुआव धीक्वार डेढ़ सेर को किमी मलमल के स्वच्छ कपड़े में खूब जोरदार हाथों में मल कर छानें और कनईदार पतीली में डालें । आच पर रख कर चम्मच से हिलाते रहें । आच धीमी होनी चाहिए । जब आघा सूख जाए तो लाहौरी नमक तीन तोले बारीक कर डालें, और चम्मच से हिलाते रहें । जब मारा लुआव सूख जाए तो उतार लें और ठण्डा होने पर बारीक कर रखें ।

मधु में मिलाकर दो रत्ती उपयोग करने से सर्व प्रकार की खासी तथा दमा ठीक होता है ।

● जिगर विकार और तिल्ली—धीक्वार रस तीन पाव , अजवाइन एक छटाक, नीमादर दो तोले और काला नमक दो तोले—बोतल में भर कर चार-पाच दिन धूप में पड़ा रहने दें । दिन में दो-तीन बार हिला देना चाहिए ।

बढ़ी हुई तिल्ली कम करने के लिए तथा जिगर और पेट की शिकायतों में छह मासे में एक तोला तक दिन में तीन बार दें ।

● धीक्वार रस एक छटाक, पिसी हल्दी छह रत्ती—ऐसी एक-एक मात्रा प्रातः व माय पीए, जिगर और तिल्ली के लिए अत्यन्त लाभप्रद है ।

● गूदा धीक्वार चार सेर किमी काच के खुले वर्तन में डाल-कर इसमें अजवाइन दो सेर और लाहौरी नमक एक पाव डालें और छाव में रख दें ।

दिन में दो-तीन बार हिला दिया करें, जब तक कि धीक्वार का रस अजवाइन मोख न लें ।

तीन से छह मागे तक यह अजवाइन गरम पानी से मेवन करना पेट-दर्द, वदहजर्मा, जूल, भूख न लगना तथा कब्ज आदि में लाभप्रद है ।

❶ जोड़ों का दर्द—गूदा धीक्वार एक सेर, तीन सेर गाय के दूध में पकाए कि खोया बन जाय । इस चोए को अब थोड़े गाय के घी में भून लें । तत्पश्चात् गेहूँ का आटा चार छटाक, बेसन चार छटाक दोनों अलग-अलग घी में भूनें और दो मेर चीनी की चाशनी बनाकर हलुए के समान बनाए । ऊपर में लौंग, अजवाइन दाना, बड़ी इलायची प्रत्येक छह मागे वारीक पीस कर छिडकें, वम हनुआ तैयार है ।

मात्रा दो से पाच तोले तक दूध के साथ सेवन करें ।

गुणधर्म—जोड़ों के पुराने दर्द और पुरानी खाँसी के लिए विशेष रूप से गुणकारी है ।

❷ उदर-रोग—धीक्वार के मोटे-मोटे डठल लेकर दोनों ओर छीलें और दो-दो उगली के टुकड़े बनाए—ये वजन में पाच सेर हो । इनमें बागीक पिसा नमक आधा मेर मिलाकर काच के मर्तवान में डाल अच्छी प्रकार हलाए और ढक कर दो-तीन दिन तक धूप में पड़ा रहने दें । दिन में दो-तीन बार हिला देना चाहिए । तत्पश्चात् इसमें हल्दी दस तोले, दस तोले घनिया, दम तोले श्वेत जीरा, पन्द्रह तोने काली मिर्च, छह तोले भुनी हींग, तीस तोले अजवाइन, मोठ दम तोले, पिपनी साढ़े मात तोले, लौंग पाच तोले, दारचीनी पाच तोने, खील मुद्गागा पाच तोने, अक्रररहा पाच तोले, काला जीरा दस तोले, दाना बड़ी इलायची पाँच तोले, छोटी हरड तीस तोले, सौंफ तीस तोने, राई तीस तोले वारीक पीसकर मिलाए, लेकिन छोटी हरड सावत ही डालें । कुछ दिन पश्चात् उपयोग में लाए ।

गुण-धर्म—यह अचार पेट के प्राय रोग दूर करता है । वलगम को काटता है, भूख लगाता तथा कब्ज दूर करता है । तिल्ली काटता है ।

## भंगरे के अनुभूत प्रयोग

भंगरा एक भारतीत वूटी है जो प्राय उद्यानो, खेतो तथा पानी के निकट पाई जाती है। इसका पौधा हाथ-भर लम्बा, कभी इससे भी छोटा होता है। इसके पत्ते अनार के पत्ते के समान परन्तु तनिक चौड़े तुलसी के पत्ते की भांति होते हैं। बीज काशनी के बीज समान परन्तु उनसे कुछ छोटे। भंगरे के पत्ते न्वाद में तनिक कड़वे तथा तेज होते हैं।

भंगरे के फूल टहनियों के सगम पर लगते हैं। जलभंगरा पानी के किनारे वर्षा ऋतु में उत्पन्न होता है, काला भंगरा खेतों में अधिक उपजता है। भंगरे की विशेष पहचान यह है कि किनी प्रकार का भी भंगरा हो हथेली पर मलने से एक मिनट में वह स्थान काला पड़ जाता है, श्वेत कपड़े पर मलने से कपड़ा काला हो जाता है।

प्रकार—भंगरे की तीन प्रकार है—प्रथम-काला भंगरा जिसके पत्ते, टहनिया और फूल आदि सब काले होते हैं। इस प्रकार का भंगरा प्राय दुर्लभ होता है।

दूसरा—श्वेत भंगरा जो साधारणतः नदी नालों के तट पर पाया जाता है, इसे जल-भंगरा भी कहते हैं।

तीसरा—पीले फूल वाला। इसकी टहनिया हरी लेकिन तनिक पीलापन निवे होती है।

श्वेत भंगरा निम्न रोगों में विशेषकर लाभप्रद है

❶ सिर-दर्द—इसके पत्ते पीसकर सिर पर लेप करने या इनका रस नाक में टपकाने से मिरदर्द में आराम होता है।

❷ आँख की लाली—इसके पत्तों का रस आँख में टपकाने से आँख की लाली दूर होती है।

❸ कान की पीप—इसका रस कान में टपकाने से पीप आना बन्द हो जाती है।

❹ दन्त-पीडा—इसके पत्तों के पानी से कुल्लो करना दन्त-पीडा में अत्यन्त गुणकारी है।



● गले के रोग—इमके पत्तो का रस शुद्ध घी में जलाकर—खाने से आवाज तथा गला माफ होता है ।

● मेदे का दर्द—इसके डेढ पाव पत्ते तनिक नमक के साथ घोटकर पीने से मेदे का दर्द, चाहे वर्ष-भर का पुगना हो, ठीक होता है ।

● इमके पत्तो का रस तीन-चार बार पीने से पेट के कीड़े मर जाते हैं ।

● एक मास तक इमका रस पीने और इन दिनों दूध उपयोग करने से वीर्य बढ़ता है ।

● त्वचा रोग—मावन-भादो या किसी ऋतु में जब हाथ-पाँव की उँगलियों के बीच का भाग गलकर त्वचा श्वेत हो जाये और इममें से तरल पदार्थ बहने लगे तो इस स्थान पर भगरे का रस कुछ बार लगाने से शीघ्र आराम हो जाता है ।

● नीला थोथा (तूतिया) जलाकर भगरे के साथ मिलाकर खुजली पर लगाने से लाभ होता है ।

● श्वेत कोढ़—काले भगरे के पत्तो के रस में थोड़ा कपूर और चूना मिलाकर हाथ-पाँव पर मलने से श्वेत कोढ़ के घब्वे ठीक हो जाते हैं ।

● उदर-पीड़ा—भगरे के पत्ते पीसकर और आठवाँ भाग लाहौरी नमक मिलाकर जगली वेर के बराबर गोलिया बनाएँ, पेट-दर्द के लिए एक गोली पानी से उपयोग करें, तुरन्त आराम होता है । पुराने दर्द के लिए कुछ दिन तक निरन्तर इन गोलियों का उपयोग करें ।

● कायाकल्प चूर्ण—यदि काला भगरा उपलब्ध हो तो उत्तम बरन् श्वेत भगरे के पाचो अंग यानि—जड़, टहनी, फूल, पत्ते और बीज छाँव में सुपाकर ओखली में कूटकर लोहे की छलनी में छानें और काँच के प्याले में रखें । इस पर हरे भगरे का इतना रस ढालें कि चार उगली ऊपर तक रहे, तत्पश्चात् छाँव में रख दें । जब सूख जाये तो इतना ही भगरा रस और ढाल कर उभी प्रकार सूखने दें । इस प्रकार अविकाधिक इक्कीस तथा कम से कम सात बार यही क्रिया करे ।

अब इस आठ तोले चूर्ण से चार तोले आँवला, दो तोले चूर्ण बहेडा और एक तोला चूर्ण हरड मिलाएँ और मीठे बादाम रोगन में गूँघ कर बराबर बजन चीनी मिश्रित कर लें ।

**गुण-धर्म**—जिम व्यक्ति के बाल असमय श्वेत हो गए हो वह छह मासे यह चूर्ण दूध के साथ उपयोग करे। एक सप्ताह पश्चात् चूर्ण की मात्रा नौ माशा से एक तोला तक कर देनी चाहिए। पूरे चालीस दिन उपयोग करने से बालो का रंग बदलना आरम्भ होगा, और पौरुष-शक्ति बहुत बढ़ जायेगी।

● **कोढ़-नाशक**—भगरे का पीछा उखाड़ कर छाँव में सुखाएँ और पीस कर इस चूर्ण को भगरे के रस में सात बार सोखें और खुश्क कर चूर्ण बना ले। मात्रा एक तोला।

## नीम के चमत्कार

● **बालझड़**—यदि किसी कारण सिर के बाल झड़ने लगें, परन्तु अभी अवस्था बिगड़ी न हो तो नीम और बेरी के पत्ते को पानी में उवालकर बालो को धोना चाहिए। इससे बालो का झड़ना रुक जाता है, बालो की कालिमा कायम रहती है और थोड़े ही दिनों में बाल खूब लम्बे होने लगते हैं, इसमें जुएँ भी मर जाती हैं।

● **नेत्र-खुजली**—नीम के पत्ते छाँव में सुखा लें और किसी वर्तन में डालकर जलाएँ। ज्योंही पत्ते जल जाएँ, वर्तन का मुह ढक दें। वर्तन ठंडा होने पर पत्ते निकाल कर सुरमे की तरह पीस लें। अब इस राख में नीबू का ताजा रस डालकर छह घण्टे तक खरल करें और खुश्क होने पर शीशी में रखें। दैनिक प्रातः व साय सलाई द्वारा सुरमे के समान उपयोग करें।

● **आँखों का अजन**—नीम के फूल छाँव में खुश्क कर बराबर वजन कलमी शोरा मिलाकर बारीक पीस लें और कपडछन करें, अजन के रूप में रात्रि को सोते समय सलाई द्वारा उपयोग करें, नेत्र-ज्योति बढाता है।

● **कान बहना**—नीम का तेल गरम कर इसमें सोलहवा भाग मोम डालें, जब पिघल जाये तो आँच पर से उतार कर इसमें आठवाँ भाग चूर्ण फिटकरी (खील) मिलाकर सुरक्षित रखें। यदि कान बहना बन्द न होता हो तो इस दवा को अवश्य आजमाएँ।

नीम का तेल नीम के फल की गिरी से निकाला जाता है। बादामरोगन निकालने वाली मशीन द्वारा निकाल लें। यदि नीम की गिरी समय पर न

मिल सके तो नीम के पत्ते कूटकर रग निकाल कर पन्नों में तेल में जला लें। पानी जल जाने पर तेल साफ कर रग लें।

☉ कान में घाव—यदि कान में घाव हो जाए तो बड़ी कठिनाई में ठीक होता है। इसके लिए निम्न नुस्खा अत्यन्त लाभप्रद सिद्ध हुआ है —

नीम के पत्तों का रग तीन मासे, शुद्ध मधु तीन मासे। दोनों मिश्रित कर तथा थोड़ा गरम करके मधु दो-चार बूँदें टपकाएँ, कुछ ही दिनों में घाव ठीक होकर स्वास्थ्य लाभ होगा।

☉ नजला-जुकाम—नीम के पत्ते एक तोला, काली मिर्च छह मासे—दोनों नीम के डंडे से कूटें और एक-एक रत्ती की गोलियाँ बनाएँ। इन गोलियों को छाँव में सुखाकर शीशी में रखना चाहिये।

तीन-चार गोलियाँ प्रातः व माय गुनगुने पानी के साथ उपयोग करें, नजला-जुकाम के लिए उत्तम है।

☉ दन्त-मजन—नीम की निमोली एक तोला, लाहौरी नमक एक तोला, खील फिटकरी एक तोला—तीनों वारीक पीस कर मजन के रूप में दाँतों पर मलिए, दन्त-पीडा के लिए विघेपकर लाभप्रद है, दाँत मोती के समान चमक उठते हैं।

☉ कँ—दो तोले नीम के पत्ते आध पाव पानी में ठण्डाई के समान घोट-छान कर रोगी को पिनाएँ, सभी प्रकार की कँ रुक जाती है।

☉ पुराने दस्त—नीम के बीज की गिरी एक माशा में थोड़ी चीनी मिलाकर उपयोग करने से पुराने दस्त बन्द होते हैं। आहार केवल चावल ही रखें।

☉ वारी का ज्वर—नीम की भीतरी नरम छाल छाँव में सुख कर वारीक पीस ले और एक-एक माशा पानी के साथ दिन में तीन बार उपयोग करें। तीन दिन में ही दवा जादू का काम करती है तथा वारी का ज्वर फिर नहीं होता।

☉ नीम के पचाँग जलाकर वनीम गुना पानी डालकर एक घंटे में रखें और दैनिक हिनाते रहें। तीन दिन पश्चात् पानी बिथार कर कपड्डन करे और लोहे की कड़ाही में डालकर आँच पर रखें। जब सारा जल सूख जाए

और नमक जैसा पदार्थ बाकी रह जाए (यह नीम का सार है) तो इसे जीशी में मुरक्षित रख ले ।

मात्रा—आधी से एक रस्ती तक । सर्व प्रकार के ज्वर, विशेषकर मलेरिया की अचूक औषधि है । दिन में तीन-चार बार उपयोग की जा सकती है ।

❁ ज्वर-तोड़—आधी छटाक नीम के हरे पत्ते और दो दाने काली मिर्च—दोनों आधा पाव पानी में घोट कर तथा छान कर पीने से बारी का ज्वर ठीक हो जाता है, यह एक अत्यन्त भरोसे की दवा है ।

❁ नीम के ताजा पत्ते एक तोला, श्वेत फिटकरी छह मांशे—दोनों बारीक पीस कर पानी द्वारा चने के बराबर गोलियाँ बना लें । दैनिक तथा बारी में चढ़ने वाले सर्व प्रकार के ज्वर ठीक करने में चमत्कारी है ।

❁ पुराना ज्वर—इक्कीम नीम के पत्ते और इक्कीम दाने काली मिर्च—दोनों की मलमल के कपड़े में पोटली बाँधकर आधा सेर पानी में उवाँलें, जब पानी चौथाई भाग रह जाए तो उतार कर ठण्डा होने दें, प्रातः व साय पिलाने में निश्चय ही लाभ होगा ।

❁ तपेदिक का बढ़िया इलाज—छिनका नीम दो सेर, आँवले की जड़ दो सेर, पुराना गुड़ चार सेर, हल्द, आँवला, बहेडा प्रत्येक आधा सेर, साँफ आधा सेर और सोए आधा सेर—ममस्त मामग्री मजबूत वर्तन में बन्द कर ग्रीष्म ऋतु में पाँच दिन और शरद् ऋतु में बारह दिन तक किमी गरम स्थान पर—गोहूँ या भूने में रखे । तदपश्चात् दो बोतल अर्क निकाले ।

मात्रा—पहले दिन एक तोला, दूसरे दिन डेढ़ तोला तथा तदपश्चात् दो तोले तक रोजाना गुलाब अर्क के साथ पिलाएँ ।

यह नुस्खा एक सन्यासी साबू से प्राप्त हुआ है ।

❁ गर्मी का ज्वर—प्रायः ज्वरों में और विशेषकर गर्मी के ज्वर में प्यास बन्द नहीं होती । ऐसी स्थिति में नीम की पतली टहनियाँ (पत्तो रहित) लेकर पानी में डालें और थोड़ी देर पश्चात् यह पानी रोगी को पिलाएँ, तुरन्त प्यास को आराम होगा, घबराहट दूर होगी और ज्वर को लाभ होगा ।

❁ पेट के कीड़े—दो तोले नीम की छाल एक सेर पानी में पकाएँ, चौथाई भाग पानी रहने पर मल कर छानें और प्रातः व साय पी लिया करें । इसमें पेट के कीड़े मर जाते हैं और फिर नहीं होते ।

● यदि पेट में कीड़े पड़ जाएँ तो नीम के पत्तों का रस दो-तीन दिन पिलाए, कीड़े मर कर निकल जाएँगे। तदपश्चात् दो-तीन दिन कनई का बुझा हुआ पानी पिलाएँ, दोबारा पेट में कीड़े नहीं पड़ेगे।

● ववासीर—नीम के बीज की गिरी एक तोला, धरेक के बीज की गिरी एक तोला, रसौत एक तोला, हरड (गुठली रहिर) तीन तोला—कूटकर कपडछन करे।

छह-छह माशा प्रात व माय ठण्डे दूध या पानी के साथ सेवन करें, अवश्य लाभ होगा।

● कब्ज नाशक गोलियाँ—पाँच तोले विशुद्ध रसौत, काली मिर्च दो तोले और नीम के बीज की गिरी पाँच तोले—ममस्त मामग्री पीसकर नीम के पत्तों के रस में घोट लें। अच्छी प्रकार बागीक हो जाने पर काबुली चने के बगवर गोलियाँ बना लें।

एक गोली प्रात ताजा जल में उपयोग करे तथा एक गोली पानी में घिसकर शीत-निवृत्ति पर मस्यो पर लगाए। थोड़े दिनों में ही ववासीर से छुटकारा मिल जाएगा।

● नीम की गिरी एक छटाक, शुद्ध रसौत एक छटाक—दोनों अच्छी प्रकार कूटकर मिलाए और जगली घेर के बराबर गोलियाँ बना लें। एक गोली दैनिक प्रात पानी के साथ एक मास तक निरन्तर उपयोग करें, ववासीर को आराम होगा।

● पथरी—नीम के पत्ते जलाकर साधारण विधि में क्षार तैयार करें—दो-दो माशे ठण्डे जल में दिन में तीन बार उपयोग करने से गुर्दे और मूत्राणय की पथरी ठीक होती है।

● खुजली—नीम की नरम कोपलें, ढाई तोले दैनिक ठण्डाई के रूप में घोटकर पीने से खुजली दूर होती है।

● बढ़िया मरहम—रक्त विकार के कारण प्राय फोडे-फुन्मियाँ निकलती रहती हैं और कई बार ये इतनी बिगड़ जाती हैं कि ठीक होने में नहीं आती। इस प्रकार के गन्दे तथा बिगड़े घाव साफ करने के लिए नीम के पत्तों की एक मरहम बनाई जाती है जो कभी असफल नहीं होती। विधि इस प्रकार है—

नीम के पन्द्रह तोले पत्ते बारीक कूटकर टिक्कियाँ बनाएँ और इन्हें पन्द्रह

नीचे तेल गरमों, जोकि ताम्र वर्तन में इतना गरम किया हो कि तेल का घुर्घ्रा उठने लगे, में डाल दो और जब टिक्किया तेल में जलकर काली पड़ जाएं तो तेल आंच पर में उतार कर ठण्डा होन दें । तत्पश्चात् तेन तथा जनी हुई टिक्कियां एकट्ठे ही घांट में—इस प्रकार यह नीम की एक अत्यन्त चट्टिया मरहम बन जायेगी । इसके पश्चात् यह मासे कपूर पीस कर उनमें मिश्रित करें और मरहम को शीशी आदि में सुरक्षित रख लें ।

● **माँ का दूध बन्द करना**—जब किसी स्त्री का नन्हा बच्चा मर जाता है तो दूध अधिकता से निकलने लगता है । इस कारण कई बार अत्यधिक कमजोरी हो जाती है, स्तनों में भी सूजन हो जाती है । ऐसी स्थिति में नीम की गिरी पानी में घोटकर स्तनों पर लेप करने से दूध सूख जाता है और निकलना बन्द हो जाता है । सूजन भी ठीक हो जाती है ।

● **स्तन-घाव**—दूध पिलाने वाली स्त्री के स्तनों पर कई बार सूजन होकर घाव हो जाता है । इसकी युगम चिकित्सा यह है कि नीम के पत्ते छाव में मुड़ाकर किमी वर्तन में डालें और जलाएं । जल चुकने पर तत्काल ही वर्तन का मुह ढक दीजिए । जब वर्तन ठण्डा हो जाए तो निकाल कर पीस लीजिए । अब तल मरनों एक छटाक आंच पर खूब गरम करें । फिर नीम के पत्तों की यह आधी छटाक राख इसमें डालकर नीचे उतारें और नीम के ढण्डे द्वारा एक घण्टे तक खूब घोटिए । इस मरहम से स्तन-घाव या किमी प्रकार के घाव को चुपडकर ऊपर से नीम के पत्तों की राख डाल दीजिये, दो-तीन दिन में गहरे-मे-गहरा घाव भी भरने लगेगा ।

● **कण्ट दायक मासिक-धर्म**—प्राय महिलाओं को मासिक-धर्म कण्ट के माय और एक-दुकर आता है । शारीरिक रूप में तनिक भारी स्त्रियों को यह कण्ट प्राय ही रहता है । यदि मासिक-धर्म कण्ट के साथ जाधो में भी पीडा हो तो ऐसी स्त्रियों को प्राय गर्भ भी नहीं ठहरता, ठहर भी जाए तो गर्भपात हो जाता है । इसकी चिकित्सा इस प्रकार करें

नीम के पत्तों का रस छह मासे तथा अदरक रस एक तोला—दोनों मिश्रित कर रोगिणी को पिलाए, तुरन्त पीडा को आराम होगा । मासिक-धर्म की प्रवधि में दैनिक उपयोग करना चाहिए तथा ढण्डे और खट्टे पदार्थों से परहेज करना चाहिए । यदि स्त्री शारीरिक रूप से भारी हो तो मासिक से निवृत्ति



● **खूनी थूक—**थूक में खून आता हो तो थोड़े ववूल के पत्ते घोटकर प्रात व साय पिलाना अत्यन्त लाभप्रद है ।

● **वद-मूत्र—**ववूल के पत्ते एक तोला, गोखरू एक तोला, कलमी शोरा छह मांजे—पानी में घोटकर पिलाने से रुका हुआ मूत्र तत्काल खुल जाता है ।

● **दिल धडकना—**जिस व्यक्ति का दिल तनिक से शोर इत्यादि से धडकने लगता हो उसे सर्वदा अत्यन्त कीमती औषधियाँ उपयोग कराई जाती हैं, इसलिए निर्धनो को वडी परेशानी होती है । लीजिए एक अत्यन्त सुगम तथा मुफ्त का टोटका यहा दिया जा रहा है जोकि वडी-वडी कीमती औषधियों के बराबर प्रभाव रखता है ।

ववूल के पत्ते रात भर पानी में भिगो रखें और प्रात अर्क निकाल लें । मात्रा पाच से दस तोले तक पीए ।

● **पीलिया—**इस रोग में शरीर पीला पड़ जाता है । पीलापन पहले आंखों और फिर नाखूनों और मूत्र में दृष्टिगोचर होता है और तत्पश्चात् सारे शरीर में । वास्तव में यह रोग जिगर में पित्त और गर्मी बढ़ने में उत्पन्न होता है जिसके कारण रक्त की रगत पीली हो जाती है ।

(1) छाव में सुखाई एक तोला ववूल की फलिया आधा सेर पानी में ठंडाई के समान घोटकर तीन तोले कूजा मिश्री मिलाकर कुछ दिन तक दैनिक पिलाने से आराम हो जाता है ।

(2) छाव में सुखाए ववूल के फूल खरल में पीसकर बराबर वज्रन मिश्री या लाल शक्कर मिला लें ।

छह मांशा से एक तोला तक प्रात ताजा जल से सेवन करें, पीलिया बहुत शीघ्र ठीक होगा ।

● **सूजाक—**ववूल के फूल दो तोले मिट्टी के कसोरे में (जोकि कोरा हो) डालकर पाव भर पानी में भिगोएँ और प्रात. मल-छान कर दो तोले कूजा मिश्री मिलाकर पिलाएँ, कुछ ही दिनों में लाभ होगा ।

● **खूनी दस्त—**ववूल के पत्ते एक तोला पानी में घोटकर पिलाए, सर्व प्रकार के दस्त विशेषकर खूनी दस्त शतिया वद हो जाते हैं ।

● **प्रमेह व शीघ्रपात—**ववूल की कोपलें छाव में सुखक कर वारीक



कूट लें और बराबर वजन चीनी मिलाकर पांच माशे प्रातः निराहार ताजे जल से सेवन करें। यदि दस्त आते हों तो वे भी इसमें रूक जाते हैं।

● **लिकोरिया**—बबूल की नरम कलियाँ जिनमें अभी बीज न पड़े हों, प्रमेह, स्वप्नदोष, शीघ्रपात तथा लिकोरिया की अत्यन्त लाभप्रद औषधि है। इन्हें छाव में सुखाकर और कूट-छानकर चूर्ण बनाएँ और बराबर वजन चीनी मिलाकर प्रातः निराहार दूध या ताजा जल से सात माशे उपयोग करें।

## पीपल के चमत्कार

● **सूजाक**—पीपल के वृक्ष की छाल एक छटाक कूटकर आधा सेर पानी मिलाकर पकाएँ, आधा पानी जलने पर मल-छानकर एक तोला मिश्री मिलाकर पिलाएँ। यदि मिश्री न मिल सके तो बिना मिश्री ही पिलाएँ सूजाक ठीक होगा।

गरम और कब्जियत वाले पदार्थों से परहेज करें।

● **दमा**—पीपल के फूल छाव में सुखाकर तथा पीसकर और बराबर वजन देशी चीनी मिलाकर पिलाएँ।

मात्रा छह माशे से एक तोला। दो सप्ताह तक उपयोग करें। लाल मिर्च, तेल तथा अचार से परहेज करें।

● **पेट की जलन**—पीपल का फल छह माशा से एक तोला तक ठडाई के रूप में घोटकर तथा काली मिर्च मिलाकर पिलाएँ, पेट की जलन एक बार पिलाने से ही ठीक हो जायगी।

● **हिचकी**—पीपल की लकड़ी के कोयले बनाकर पानी में बुझाएँ और पानी रोगी को पिलाएँ—हिचकी तुरन्त बन्द हो जाएगी। कुछ दिन तक दिन में दो-तीन बार पिलाना चाहिए।

● **हाथ पाव फटने की चिकित्सा**—यदि हाथ-पाव फट जाएँ तो पीपल का दूध या रस लगाएँ, एक बार लगाने से ही आराम होगा।

● **खासी**—पीपल के पत्ते छाव में सुखकर और बारीक पीसकर तनिक गोद मिलाकर पानी से गोलियाँ बना लें। ये गोलियाँ मुँह में रखकर चूमने से खासी ठीक होती है।

● **पेट-दर्द**—पीपल के दो पत्ते पीसकर गुड में लपेटकर खाने से पेट-दर्द ठीक होता है ।

● **हैजा**—पीपल की छाल जलाकर ताजा जल में बुझाए और जल को कोरे घड़े में रखें ताकि ठंडा रहे । यह जल एक-एक घंटे पश्चात् थोड़ा-थोड़ा पिलाना हैजे के लिए अक्मीर है । इससे रोगी की प्यास भी शांत होती है, स्वास्थ्य भी तुरन्त नम्भल जाता है ।

● **तीव्र प्यास**—पीपल का छिलका दस तोले घड़े के पीने वाले जल में डालें और यह जल पिया करें । प्यास की तीव्रता दूर होती है ।

● **खूनी ववासीर**—पीपल की लकड़ी के अगारे वर्तन में बंद कर कोयले बनाकर वारीक पीमें ।

एक-एक तोला प्रातः व दोपहर तथा साय वामी जल से उपयोग करने से ववासीर का खून तो पहले या दूसरे दिन ही बंद हो जाता है परन्तु दीर्घ लाभ के लिए एक दो सप्ताह अपनी शक्ति-अनुकूल दिन में एक-दो बार इस औषधि का उपयोग करने रहे । इस औषधि से कब्जियत दूर होती है, भूख खुलती है, और ववासीर दूर होती है ।

● **लिकोरिया**—पीपल का गोद वारीक पीसें और छह-छह माशे की पुडिया बना लें । दैनिक एक पुडिया प्रातः ताजा दूध से उपयोग करने से प्रथम दो-चार दिन में ही लाभ होगा वरन् सात-आठ दिन में तो रोग नितांत नष्ट हो जाएगा । इस चमत्कारी नुस्खे को महिलाएं अवश्य आजमाएं ।

● **दमे की सर्वोत्तम चिकित्सा**—पीपल के पके फल छाव में सुखाकर तीन-तीन माशे प्रातः व माय ताजा जल से उपयोग करने से सर्व प्रकार का दमा दूर होता है ।

● **वाङ्मन की अनुभूत चिकित्सा**—यह चूर्ण पिछले वर्ष एक दर्जन ऐसी वाभ स्त्रियों को, जिनके गर्भाशय की वनावट व स्थिति विकार रहित थी, मासिक वर्म आने के पश्चात् एक तोला प्रातः दैनिक गाय के दूध में दो सप्ताह तक उपयोग कराया गया—छह स्त्रियों को उसी मास गर्भ रह गया, दो को दूसरे मास और दो को तीसरे मास गर्भ रहा । यह एक ऐसी सफलता है जो प्रायः सैकड़ों रुपये की विलायती और यूनानी औषधियों के उपयोग से भी प्राप्त नहीं होती ।

चूर्ण पीपल का पका फल छाव में सुखाकर चूर्ण बना ले और नी-नी माशा प्रातः व माय गाय के गुनगुने दूध से उपयोग करें ।

❶ प्रमेह व स्वप्नदोष—उपरोक्त चूर्ण पीपल-फल प्रमेह व स्वप्नदोष की भी अचूक औषधि है । इसके अतिरिक्त यह चूर्ण अत्यन्त पाचनवर्द्धक तथा कब्जनाशक भी है ।

❷ पुराना सूजाक—आजकल पश्चिमी देशों के ममान भारत में भी सूजाक रोग बढ़ रहा है । नए फैशन के कारण साठ प्रतिशत युवक डमका शिकार हैं । निम्न नुस्खा इस रोग में भरसक सफल रहा है

वृक्ष पीपल की छाल (जड़ की छाल हो तो सर्वोत्तम) एक तोला, केले का तना कूटकर तीन पाव रस निकालें और इस रस में पीपल की छाल उवाले आधा रस रहने पर मल-छानकर तथा ठंडा होने पर उपयोग करें । मूत्र-जलन जो किसी औषधि से ठीक न होती हो, इसकी दो-तीन मात्रा से दूर हो जाती है और दस-पन्द्रह दिन तक निरन्तर उपयोग करने से सूजाक नष्ट हो जाता है । परन्तु डम बीज आहार केवल दूध या दूध के चावल रहे तथा मास, अंडे और दूसरे गरम पदार्थों से परहेज किया जाए और न ही स्त्री प्रसंग हो ।

## वरगद के चमत्कार

❶ अद्भुत उपहार—वरगद का नितात पका हुआ लाल रंग का फल वृक्ष से उतारिये (घरती पर गिरा हुआ न लें तथा उसे लोहे की किसी चीज से न छुएं) और किसी कपड़े पर फैलाकर छाव में सुखाइये । हवादार स्थान पर सुखाना चाहिए अन्यथा विगड़ जाएगा । सूखने पर हाथों से खूब मसल लीजिए या खरल में वारीक कीजिए और बराबर वजन कूजा मिश्री वारीक करके मिला लें ।

छह-छह माशा प्रातः व साय गुनगुने दूध से उपयोग करने से चेहरे का वही रंग हो जाता है जो वरगद के फल का होता है ।

जिन्हे शीघ्रपात की शिकायत हो उनके लिए यह चमत्कारी औषधि है । शीघ्रपात इसके उपयोग से ठीक हो जाता है । वीर्य विकार नष्ट करने के लिए यह एक अद्भुत औषधि है । वीर्य में सतान उत्पन्न करने वाले तत्व उत्पन्न कर

गर्भ स्थित करने का इसमें गुण है। केवल वीर्य की कमजोरी के कारण जिनके यहाँ कमजोर सतान होती हो वे पति-पत्नी दोनों तीन-चार मास तक इस औषधि का उपयोग करें, शर्तिया बलवान, गोरे रंग की सतान होगी, तथा अस्सी प्रतिशत लडका ही होगा।

● पुरुष रोग—अपने हाथों अपने वीर्य का सर्वनाश करके उभरते यौवन में ही वृद्धो से भी निकृष्ट हो जाने वाले युवक या वे वृद्ध जो दोबारा जीवन और शक्ति की आवश्यकता अनुभव करते हो, दृढ़ निश्चय से निरंतर इस नुस्खे का उपयोग करें—

वरगद की कोपलें कूटकर आधा सेर पानी में पकाए, आध पाव पानी रहने पर इच्छानुकूल चीनी मिलाकर प्रातः व साय पीए। यदि निरंतर उपयोग किया जाए और समयपूर्वक रहा जाए तो मास-भर में ही परिवर्तन हो सकता है। स्वस्थ लोग भी इस औषधि से भरसक लाभ उठा सकते हैं। कमजोरी, निडालता तथा प्रमेह के रोगियों के लिए एक उपहार औषधि है।

यदि कोपलें न मिलें तो पत्ते भी काम में लाए जा सकते हैं। सूखे पत्ते व सूखी कोपलो से भी काम ले सकते हैं। सूखे का वजन एक समय के लिए एक तोला पर्याप्त है। यह पीने के पश्चात् जब तक खूब भूख न लगे कुछ न खाना चाहिए।

● कायाकल्प चूर्ण—वरगद के वृक्ष का ताजा और नरम छिलका छाव में सुखाकर बारीक पीसकर कपडछन करें और इससे आधा वजन चीनी मिलाएँ।

छह-छह मासों प्रातः व साय गरम दूध से मेवन करें, वीर्य बढ़ता है तथा पहले से स्वच्छ तथा बढ़िया होता है। वीर्य का पतलापन तथा स्वप्नदोष आदि रोग ठीक हो जाते हैं। नया और स्वच्छ रक्त बनता है, दुबला शरीर भरने लगता है। स्मरण-शक्ति उन्नत होती है। सौ-सौ, दो-दो सौ रुपये तोला वाली औषधियों की बजाय जो लोग आयुर्वेदिक औषधि का चमत्कार देखना चाहते हो, वे इस औषधि को अवश्य आजमाए।

● प्रमेह—वरगद के पाच तोले पत्ते तीन सेर पानी में उबालें, आधा सेर पानी रहने पर मधु मिलाकर प्रातः व साय पीएँ, शीघ्र-प्रातः तथा वीर्य विकार के लिए लाभप्रद है।

● **वीर्य-विकार**—वरगद की नरम व लाल कोपलें (मूखी) एक भाग और इसका लाल फल (छांव में सुखाया) दो भाग, कूजा मिश्री दोनों वस्तुओं के वजन बराबर ।

**विधि** वरगद की कोपलें और फल कूटकर मिश्री मिलाए और काच के बर्तन में रखें ।

**मात्रा** एक तोला दैनिक प्रातः डेढ़ पाव गाय के दूध से तीन-चार सप्ताह तक उपयोग करें ।

● **वरगद हेयर आयल**—जो लोग बाल लम्बे व घने करना चाहते हैं, या जिनके बाल कमजोर होकर गिरने लगे हैं, या श्वेत होने लगे हैं, वे वरगद का तेल बालों में लगाया करें ।

**विधि** वरगद के पत्ते पानी से धोकर कूटी-ढण्डे या मिल-बट्टे से रगड़कर निचोड़ें और रस निकालें । इस रस के बराबर वजन शुद्ध तेल सरसो मिलाकर धीमी आंच पर पकाए । जब रस जलकर केवल तेल बच रहे तो उतार लें ।

● **भगदर**—वरगद के दूध में फाया तर करके भगदर पर लगाना चमत्कारी चिकित्सा है ।

● **बच्चों के हरे दस्त**—बताशे में एक बूंद वरगद का दूध डालकर उपयोग कराए, पहली ही मात्रा से लाभ होगा । तीन दिन के उपयोग से भरसक लाभ हो जाएगा । दैनिक दो तीन-बार दें ।

● **उत्तम चाय**—वरगद के प्रत्येक भाग को उबालने पर चाय जैसा रंग पैदा होता है जिसमें दूध शामिल किया जा सकता है । परन्तु जो दोष साधारण चाय में पाए जाते हैं वे इसमें नहीं हैं । यह चाय शक्ति व स्फूर्तिदायक है और नजला-जुकाम की एक बढ़िया औषधि है ।

वरगद की नरम कोपलें जो स्वतः वृक्ष से गिर पड़ती हैं, या वरगद के नरम पत्ते तथा नरम दाढ़ी आदि का उपयोग अत्यन्त उपयुक्त है, इसलिए उचित है कि इनकी ऋतु में इन्हें इकट्ठा करके छांव में सुखा लिया जाए और किसी डिब्बे में सुरक्षित रखा जाए ।

● **अवसीर लिकोरिया**—वरगद की दाढ़ी चार सेर कूटकर पानी में रात्रि-भर भिगोए। प्रातः पांच तोले रसांत मिलाकर घीमी आच पर पकाए। एक सेर पानी रहने पर उतारे और मल-छानकर रखें। थोड़ी देर इसी प्रकार पड़ा रहने दें, फिर निधारकर दोबारा आच पर चढ़ाए और सुखाकर चने के बराबर गोलियां बना लें।

एक गोली दैनिक ताजा जल से उपयोग करे। इलाज कम-से-कम एक सप्ताह तक करना चाहिए।

● **हिचकी**—एक तोला वरगद का सूखा छिलका आधा सेर पानी में पकाएँ, आधा पाव पानी रहने पर छानें और एक तोला सेंधा नमक मिलाकर प्रातः व साय सेवन करने से हिचकी बंद होती है।

● **फुलवैरी**—चौम तोले मैथिलेटिड स्पिरिट में एक तोला हल्दी कूटकर डाले और दोतल भली प्रकार बंद कर तथा हिलाकर रख दें। बारह घंटे पश्चात् स्पिरिट निधारकर पृथक् कर लें और गाढ़ फेंक दें। इस पीले रंग की स्पिरिट में पाँच तोले वरगद का दूध कपडछन करके मिलाए और दिन में दो-चार बार रुई द्वारा फुलवैरी के घन्वों पर लगाते रहें।

● **मूत्र में खून आना**—वरगद के दो तोला ताजा पत्ते आधा पाव पानी में रगड़ और छानकर प्रातः व साय पीने से मूत्र में खून आना बन्द हो जाता है।

● **माँ का दूध बढ़ाने की विधि**—वरगद के पके फल वारीक पीसकर कपडछन करें।

एक-एक तोला प्रातः व साय गरम दूध से उपयोग करने से स्तनों में बच्चे के लिए पर्याप्त दूध उत्पन्न हो जाता है।

● **खुजली**—वरगद के आधा सेर पत्ते कूटकर चार सेर पानी में रात्रि-भर भिगो रखें। प्रातः पकाएँ, एक सेर पानी रहने पर मलछान कर तथा ठंडा होने पर डमरु आधा सेर सरसों का तेल मिलाएँ और दोबारा आच पर रखें। जब पानी जलकर केवल तेल बच रहे तब छान लें।

इस तेल की मालिश से खुश्क व तर खुजली दूर होती है।

● **हैजे की चिकित्सा**—वरगद के ताजा पत्ते दो तोला, लौंग मात

दाने । दोनों को आध पाव पानी में घोटकर तथा छानकर आधे-आधे घंटे की अवधि में उस समय तक पिलाते रहे जब तक कि लाभ न हो जाए ।

लौंग के बिना भी वरगद के पत्ते इस प्रकार उपयोग करना लाभप्रद है ।

● खूनी ववासीर—वरगद के ताज़ा पत्ते दो तोला आध पाव पानी में घोट और छानकर प्रात व साय उपयोग करना खूनी ववासीर में लाभप्रद है । खून का आना तो इसकी एक-दो माशा में ही बन्द हो जाता है, कुछ समय तक निरंतर इसका उपयोग ववासीर को बिल्कुल ठीक कर देता है ।

## सरस के चमत्कार

● सिर-दर्द व नजला—सरस के बीज कूट कर कपडछन करें और तनिक-सा नसवार के रूप में जोर से मू घे ताकि मस्तिष्क तक चढ़ जाए, इससे छीके आएंगी और नजले का रुका हुआ गन्दा द्रव्य वह कर मिर का भारीपन ठीक हो जाएगा ।

● दत-पीडा—यदि दात में पीडा हो तो सरस के बीज और काली मिर्च बराबर वजन पीसकर दातो पर मजन के रूप में मले, पीडा को तुरन्त आराम होगा ।

● खूनी ववासीर—सरस के बीज की गिरी कूट कर एक-एक माशा प्रात व साय वासी जल से उपयोग करें, ववासीर का खून कुछ ही दिनों में बन्द हो जाएगा । कब्ज करने वाले तथा तेज पदार्थों से परहेज रखें ।

● पेट के कीड़े—यदि पेट में कीड़े हो तो चार सेर सरस के पत्ते में छह सेर पानी मिला कर दो आतिशा अर्क निकालें । आधी छटाक यह अर्क दैनिक उपयोग करने से पेट के कीड़े मर कर बाहर निकल जाते हैं । यह अर्क रक्त-शोधक भी है, खुजली और रक्तपित्त आदि को ठीक करता है ।

● वीर्य-पीण्टिक—सरस के बीज की गिरी तीन तोले, लाल शक्कर छह तोले । दोनों बारीक कर नौ-नौ माशा दैनिक गाय के दूध से प्रात व साय उपयोग करें, वीर्य अत्यन्त गाढा हो जाएगा ।

## एरण्ड के चमत्कार

● सुखद प्रसव—एरण्ड के एक तोला सूखे पत्ते आधा सेर पानी में उवाले, आध पाव रहने पर छानें और एक तोला गाय का घी तथा एक तोला गुड़ मिलाकर गरम-गरम पिलाएँ, प्रसव शीघ्र और कष्टरहित होगा।

● अक्सीर हैजा—एरण्ड के एक तोला सूखे पत्ते और दो माशे काली मिर्च आध पाव पानी में घोटकर तथा छानकर दो माशे नमक मिलाकर रोगी को पन्द्रह-पन्द्रह मिनट की अवधि में एक-एक तोला उपयोग कराएँ, अत्यन्त गुणकारी प्रमाणित होता है।

● अक्सीर भगदर—पाँच माशा एरण्ड के सूखे पत्ते पीसकर प्रातः व साय पानी से उपयोग करें।

● अक्सीर फुवैरी—छह-छह माशा एरण्ड के सूखे पत्ते पानी में घोट कर प्रातः व साय लेप करने में फुलवैरी दूर होती है।

● मानसिक-बल वर्द्धक—एरण्ड के ताजा पत्ते कूट कर आधा सेर रस निकालें। इसमें एक सेर गाय का घी डालकर धीमी आंच पर पकाएँ। जब एरण्ड-रस जल जाए और केवल घी बच रहे, आंच से उतार लें और ठण्डा होने पर छान कर शीशी में रखें।

प्रातः व साय यह एक तोला घी गाय के गर्म दूध में डालकर उपयोग करें, मानसिक कमजोरी के लिए लाभप्रद है।

● कमजोर मूत्राशय—यदि मूत्राशय कमजोर हो या अधिक मूत्र आता हो तथा रात्रि समय सोते में मूत्र निकल जाता हो तो चार-चार माशा प्रातः व साय एरण्ड के पिसे पत्ते पानी से उपयोग करना अत्यन्त गुणकारी है।

● प्लेग—छह-छह माशा एरण्ड के पत्ते वारीक पीसकर प्रातः, दोपहर और माय गरम दूध से उपयोग करना प्लेग के लिए लाभप्रद है।

● पाचन-वर्द्धक—एरण्ड के सूखे पत्ते पाँच तोला और चीनी दस तोला—दोनों वारीक पीसकर कपडछान करें। दोनों समय भोजनोपरान्त छह-छह माशा सेवन करना खट्टी डकारें और अजीर्ण दूर करता है।



● नींद की अधिकता—यदि नींद अधिक आती हो तो गण्ड के सूखे पत्ते वारीक पीसें, चार-चार मांशे प्रातः व नाय पानी में सेवन करें, नींद अधिक नहीं आएगी ।

## असगंध के चमत्कार

यह एक प्रसिद्ध वृटी है । इसके एक डच से दो डच तक लम्बे तथा चौथाई इंच मटे टुकड़े बाजंग में नुगमता में उपलब्ध है । आयुर्वेद में उसे रसायन कहा गया है । म्याद में कड़वी, भूय लगाने और वन देने वाली वृटी है ।

● रक्त-शोधक चूर्ण—अमगध और चोवचीनी दोनों बराबर वजन कूट-चूर्ण बनाएँ । मात्रा मधु में छह मांशे मिलाकर चटाएँ ।

गुण धर्म—रक्त विकार दूर कर बहुत शीघ्र रक्त साफ करता है । रक्त विकार से उत्पन्न रोग, दाद, चबल और खुजली आदि के लिए अत्यन्त गुणकारी है । रक्त-शोधक के लिए कब्ज नहीं रहनी चाहिए, और यह चूर्ण कब्ज-नाशक भी है ।

● कूहे का दर्द—चूर्ण अमगध नागोरी में इच्छानुकूल शक्कर और गाय का घी मिलाएँ और रोगी को एक तोला दैनिक चटाएँ, कुछ दिन के उपयोग में कूहे का दर्द ठीक हो जाएगा ।

● पत्थरी—निम्न नुस्खा पत्थरी को घुलाकर मूत्र रूप में खारिज कर देता है ।

अमगध नागोरी की जड़ कूट-पीस कर चूर्ण बनाएँ और रोगी को छाछ के साथ नौ कांशे सेवन कराएँ, थोड़े ही दिनों में पत्थरी खारिज हो जाएगी ।

● चमत्कारी रसायन—यह रसायन न केवल प्रमेह में ही गुणकारी है, चल्कि शीघ्रपात, स्वप्नदोष और मूत्र का बार-बार आना, हृदय का धडकना और मालीखीलिया तथा अन्य बहुत-से रोगों के लिए भी अक्सीर है ।

नुस्खा—अमगध नागोरी कूट कर चूर्ण बनाएँ और बराबर वजन चीनी मिलाकर रख लें ।

सेवन-विधि—छह ग्राम दैनिक प्रातः ठण्डे पानी से चालीस दिन तक सेवन करने पर इसका चमत्कारी प्रभाव प्रकट होगा, अत्यन्त अद्भुत औषधि है ।

● कब्ज नाशक—नजला-जुकाम की तरह कब्ज अनेक रोगों की माँ है। इसके कारण मँकड़ों दूसरे रोग रोगी को दबोच लेते हैं, इसलिए शीघ्रातिशीघ्र छुटकारा पाना चाहिए। इसके लिए निम्न नुस्खा उपयोग में लाना लाभप्रद होगा—

अमगध नागौरी कूट-पीस कर चूर्ण बनाएँ और दैनिक रात्रि को सोते समय गाय के दूध से तीन माशा सेवन करने में प्रातः शौच ठीक होगा और कब्ज जाती रहेगी।

## पान चिकित्सा

● गले पड़ना—गरम भोजन करने के साथ ठंडा पानी पीने से प्रायः यह विकार हो जाता है। व्यस्को की अपेक्षा बच्चों को यह अधिक होता है। निम्न उपचार करना गुणकारी है—

रात्रि को सोते समय पान में एक माशा चूर्ण मूलेठी रखकर कुछ समय चबाते रहने के पश्चात् वैसे ही मुँह में रखे मो जाएँ, प्रातः तक आराम हो जाएगा, एक चमत्कारी वस्तु है।

● पुरानी खासी—यदि पुरानी खासी हो तो पान के दो-चार पत्ते गर्म करके और गुनगुने तेल से चुपड़ कर गले पर बाँध दीजिए।

● अंडकोष विकार—अंडकोषों में पानी उतर आए तो प्रारम्भ में चार-पाँच पान (बगला पान उत्तम है) गरम कर तीन-चार दिन तक निरन्तर बाँधने से पानी सोखने में सहायक होता है। पान बाँधने से अंडकोषों में गर्मी और सूजन हुआ करती है। यदि यह गर्मी और सूजन असहनीय हो तो एक-दो दिन वपान घना ही काफी होगा, परन्तु निरन्तर बाँधते रहे जब तक कि अंडकोषों का पानी विल्कुल सूख न जाए। यदि अंडकोष सूज जाएँ और उनमें पीड़ा हो तो ऐसी स्थिति में गुनगुना पान बाँधने से लाभ होगा।

● पसली का दर्द—बच्चों को जुकाम हो, सास सींचकर आने लगे तथा छाती और पसलियों में दर्द होने लगे तो पान गुनगुने तेल में चुपड़कर दर्द के स्थान पर रखें, ऊपर से कुछ पान गरम करके रख दें और पट्टी बाँधें।

इसके अतिरिक्त थोड़े पान तथा तनिक नमक पानी में उवालकर वच्चे को पिलाएँ, अत्यन्त लाभप्रद है ।

● **अफारा**—यदि पेट फूल जाए और माथ ही दर्द भी हो तो उपरोक्त विधि से पान बाँधना गुणकारी है । गले का दर्द और मूजन भी पान बाँधने से ठीक हो जाते हैं ।

● **पान का रस निकाल कर आखों में टपकाने से रात्रि समय दिखाई न देने की शिकायत दूर होती है** तथा पान का रस छह-छह माशे पिलाने से ज्वर उतर जाता है ।

## चमत्कारी टोटके

● **गुर्दे का दर्द**—कबूतर की बीठ का श्वेत भाग पृथक् करके शीशी में रखें, गुर्दे के दर्द के लिए अक्सीर है ।

दो रत्ती गरम पानी से उपयोग करें, पाँच मिनट में ही तड़पने रोगी को शांति मिलेगी ।

● **तिल्ली तोड़**—कल्लर ग्राम वजर भूमि में भरसक उपलब्ध है, इसे प्रायः बेकार वस्तु समझा जाता है, परन्तु आइये हम बताएँ कि यही कल्लर तिल्ली बढ जाने में अक्सीर है । पन्द्रह ग्राम कल्लर एक कप पानी में रात्रि समय भिगोएँ, प्रातः निथार कर पी लें । एक सप्ताह में पूर्ण लाभ होगा । आयु अनुसार मात्रा कम या अधिक की जा सकती है ।

● **जले घाव की चमत्कारी मरहम**—पचास ग्राम मक्खन को कम-से-कम डक्कीस बार पानी में धोएँ और पच्चीस ग्राम श्वेत राल वारीक पीस कर इसमें मिलाएँ और लेप कर दें, तुरन्त ठण्डक पड जाएगी तथा कुछ दिनों में घाव भी भर जाएगा ।

● **नाक का घाव**—कई बार नाक के भीतर घाव होकर बहुत कष्ट होता है । यहाँ एक अचूक औषधि का नुस्खा दिया जा रहा है । बनाकर प्रकृति का चमत्कार देखें—

शुद्ध मोम आठ ग्राम, तेल तिल पन्द्रह ग्राम । पहले तिल का तेल चम्मच आदि में डालकर घीमी आँच पर रखें और अच्छी तरह गरम होने पर मोम

डाल दें, थोड़ी देर में मोम बिल्कुल पिघल जाएगी। अब आंच पर से नीचे उतार कर किसी डिब्बिया आदि में रख लें और आवश्यकता पड़ने पर दोनों समय धाव पर लगाते रहे।

● मुँह के छाले—चार ग्राम श्वेत जीरा मुँह में डालकर चबाएँ। जब अच्छी तरह चबा लिया जाए तो एक ग्राम लाल कत्था भी मुँह में डाल लें—दोनों को खूब चबाएँ, मुँह लुआव से भर जाएगा। छालों पर यह लुआव जिह्वा द्वारा फिगारें और थोड़े समय पश्चात् थूक दें, पहली बार ही यह उपयोग करते में काफी लाभ होगा।

● मरोड़—छिलका इस्पगोल एक चम्मच-भर, सौंफ आधा ग्राम, शक्कर आधा चम्मच (मरोड़ में आँव अधिक हो तो इस्पलोग और मिश्री प्रत्येक पन्द्रह ग्राम) अच्छी प्रकार मिश्रित कर ऐसी एक-एक मात्रा दिन में तीन-चार बार लेनी चाहिए।

● बिच्छू काटे पर—पोटाशियम परमेगनेट (कुओ में डाली जाने वाली लाल रंग की दवा) मत् नीबू—दोनों पृथक्-पृथक् रखें।

बिच्छू काटे पर एक चावल-भर दवा डालकर उतना ही पिसा सत् नीबू डाल दें, फिर इसके ऊपर पानी की एक वूद डालें। दवा लगते ही रोता-चिल्लाता व्यक्ति भला-चगा हो जाता है, अनुभूत प्रयोग है।

● जुकाम—श्वेत जीरा पन्द्रह ग्राम पोटली में बाँधकर आधा किलो दूध में उबालें, दो तीन उफान के पश्चात् पोटली निकाल दें, और दूध गरम-गरम ही मिश्री मिलाकर पिलाएँ। आधे से अधिक जुकाम को एक ही दिन में लाभ होगा, केवल तीन दिन पिलाने से जुकाम भाग जाएगा।

● सौं रोग एक दवा—यह दवा अग्रणीत रोगों की मफल चिकित्सा है। वच्चो या वडो के दस्त, कै, अजीर्ण, तिल्ली, वायुगोला, उदर पीडा, मितली तथा खट्टे डकार आदि सब कष्टों में गुणकारी है—

तीस ग्राम गुड थोड़े पानी में घोल कर छान लें। अब इसे वडो-नी स्वच्छ बोटल में डालकर बोटल को सौंफ या पोदीना या अजवाइन ग्रं से भर दें।

वच्चो को तीन ग्राम, वयस्को को पन्द्रह ग्राम—चार गुना पानी डालकर उपयोग करवाएँ।

## कब्ज—रोगों की जननी

यह तो सभी कोई मानता है कि अधिकतर रोग पेट की खराबी से उत्पन्न होते हैं। यदि पेट ठीक रहे तो कोई रोग शरीर में उत्पन्न ही न हो। पेट की खराबी में सबसे भयंकर कब्ज है। यदि यह भी कह दिया जाय कि कब्ज ही सब रोगों की जननी है तो भी अनुचित नहीं होगा। सभी स्वस्थ एवं प्रसन्न रहना चाहते हैं। कोई कब्ज का शिकार बनना नहीं चाहता पर कब्ज हो जाता है। कब्ज में फिर अनेक छोटे मोटे और भयंकर रोग भी शरीर में उत्पन्न हो जाते हैं। कब्ज होने का कोई एक कारण नहीं है। कई कारणों से कब्ज होता है। यदि उन्हें दूर कर दिया जाय तो कब्ज भी अवश्य दूर हो जायगा। पर इन कारणों को दूर करने में हम लापरवाही दिखाते हैं और कब्ज बना रहता है और उसके साथ-साथ उसके परिवार के अन्य रोग भी शरीर में टिके रहते हैं। यदि हम स्वस्थ रहना चाहते हैं और चाहते हैं कि हमारे शरीर में कब्ज न रहे तथा कोई भी रोग हमें न सताये तो हमें सचेष्ट रहकर उन कारणों को दूर करना होगा जिनसे कब्ज होता है। कब्ज को दूर करते ही कब्ज से उत्पन्न होने वाले रोग भी स्वयमेव दूर हो जायेंगे।

कब्ज क्यों होता है ?

कब्ज होने के कई कारण हैं। इनमें मुख्य हैं—(1) भोजन ठीक न होना। (2) पानी की कमी। (3) व्यायाम ना करना। (4) चिन्ता क्रोध। (5) हानिकर ओषधि प्रयोग। (6) झूठी शान, उपवास।

भोजन—हमारे शरीर को स्वस्थ रखने के लिए जो भोजन चाहिये वह हम नहीं करते। भोजन मादा होना चाहिये। तली हुई गरिष्ठ वस्तुएँ, मिर्च, मसाले, ठोस दी हुई सब्जियाँ, अधिक देर तक पकाई हुई सब्जियाँ हमारे शरीर के अनुकूल नहीं हैं। हम यदि लगातार कई दिन तक हलवा, पूरी, परांठे आदि खाते रहे तो उसका परिणाम यह होता है कि हमारे शरीर की मशीनरी को एक तो अधिक श्रम करना पड़ेगा उस गरिष्ठ भोजन को पचाने में। सादे भोजन की अपेक्षा गरिष्ठ और तले तलाये भोजन को पचाने में शरीर को अधिक श्रम करना पड़ता है। दूसरी तली हुई वस्तुओं की चिकनाई आतों के

किनारों पर लग जाती है। फिर और कुछ वस्तु जो हम खाते हैं उसका कुछ भाग उन चिकनी दीवारों में चिपक जाता है। 2-4 दिन में उसमें मडान उत्पन्न हो जाती है जो खट्टी डकार, गैस आदि के रूप में प्रकट होती है। इसी में कब्ज की उत्पत्ति होती है। कुछ दिन और इधर ध्यान न दिया जाय तो भयंकर रोग शरीर में उत्पन्न हो जाने हैं जैसे खाँसी बाद में दमा या टी० बी०।

आजकल शुद्ध चीजें बाजार में नहीं मिल पाती। अधिक पैसा देने पर भी शुद्ध चीजों का मिलना दुर्लभ हो रहा है। अतः मिलावट की चीजें खाते रहने से भी शरीर में हानिप्रद तत्व एकत्र होते रहते हैं और शरीर को दूषित करते हैं। शरीर की मशीनरी अधिक श्रम करने से थक जाती है। कमजोर पड़ जाती है। पूरा भोजन पचाने में श्रममय हो जाती है। परन्तु हम इसका ध्यान किये बिना ही कि पहले किया हुआ भोजन पचा या नहीं, हम और भोजन कर लेते हैं। मशीनरी जो पहले का भोजन भी नहीं पचा पाई है, उसे और भोजन पचाने के लिए मिला जाता है। मशीनरी पहला बचा भोजन छोड़कर नया भोजन पचाने में लग जाती है और उमका भी यही हाल होता है कि उमका एक अंश बिना पचा हुआ रहता है और हम फिर खा लेते हैं। इस प्रकार हमारे शरीर की आँतें जो भोजन छोड़ देती हैं वह इकट्ठा होता रहता है। कुछ ही समय बाद वह सड़ने लगता है। सड़ने में जो गैस उत्पन्न होती है वह अपान वायु द्वारा बाहर निकलती है। परन्तु यदि उसका बहाव नीचे की बजाय ऊपर को हो जाय तो फिर वह खट्टी डकार, गैस आदि के रूप में बाहर निकलती है। इनके अलावा यदि वह हृदय की ओर चल पड़े तो हृदय रोग (Heart Disease) हो जाता है। हृदय पर प्रभाव पड़ने को हार्ट अटैक—हार्ट-फेल आदि और भी भयंकर रोग होते हैं। यदि वह किसी अन्य स्थान की ओर चल पड़े तो दाद, खुजली, फोड़ा, फुमी, ऐकझीमा आदि चर्म-रोग के रूप में बाहर निकलती है। हमारा शरीर इस प्रकार का बना है कि वह हर समय विजातीय द्रवों को शरीर से बाहर निकालता रहता है। स्वस्थ होने के लिए स्वयं चेष्टा करता रहता है। यदि हम उसे ठीक ढंग से काम करने दें, उसके कार्य में बाधा न डालकर सहयोग दें तो भयंकर से भयंकर रोग बहुत शीघ्र दूर हो सकता है।

हमारे शरीर की बनावट के अनुसार ही हमारे शरीर को भोजन मिलना चाहिये । हमे खाने के लिए नही जीना बल्कि जीने के लिए खाना है । अतः वही भोजन करिये जो हमारे शरीर के उपयुक्त हो । हमारा शरीर क्षार तत्वो से बना है । उसे क्षार तत्व ही मिलने चाहिये । अम्ल तत्व उसे हानि पहुँचाते हैं । क्षार तत्वो मे—फल, सब्जी, अति पत्तिदार सब्जिया, चाँकर समेत आटेकी रोटिया हाथ से कुटे चावल आदि आते हैं । अम्ल वाले पदार्थ हैं—चिकनाई वाले, मिर्च मसाले से भरपूर, मैदा की बनी वस्तुएँ, तली हुई वस्तुएँ आदि । अतः हमे भोजन मे पत्ती वाली सब्जियाँ तथा फल अधिक लेने चाहिये । यदि आपने किसी कारण से लगातार कई दिन तक गरिष्ठ भोजन किया हो, पूरी-पराठें उड़ाये भी हो तो उसके बाद अपने भोजन मे लगातार पत्तीदार सब्जियाँ खाइए । ये सब्जिया रेशेदार होती है अतः इनका काम होगा आँतो के किनारो पर चिपकी हुई चिकनाई को साफ करना । इन किनारो पर जो कुछ चिपक गया होगा वह भी दूर हो जायेगा और गैस, डकार आदि बन्द हो जायगी । परन्तु आजकल के नवयुवक इस साधारण पालक, बथुवा, मेथी, चौलाई, मूली, गाजर, शलजम आदि को हेय दृष्टि से देखते है दवाइयो मे सैकड़ो रुपये बर्बाद कर देते हैं पर इन मस्ती साग पात की औषधि को नही अपनाते । कब्ज को दूर करने के लिए गाजर, टमाटर, पालक, शलजम, धनिया, अदरक गर्म कर पानी मे भुना जीरा नमक मिलाकर 3-4वार पीजिये ।

जो कुछ भी हम खाएँ चवाकर खाएँ । यदि हम यह नियम बना ले कि हम प्रति ग्रास को खूब चवा-चवाकर खायेंगे तो यह भी आपको स्वस्थ रहने मे पूर्ण सहयोग देगा । आँतो के दाँत नही हैं, यदि आप भोजन को जल्दी मे बिना चवाये ही निगल जाते है तो आँतो को उसे पचाने मे अधिक श्रम करना पड़ेगा और वह इस कारण से कमजोर पडती चली जायेंगी । शरीर के प्रत्येक अंग को काम करना चाहिये । काम न करने वाला अंग निकम्मा हो जाता है । इसी प्रकार यदि आप चवा-चवा कर न खायेंगे तो दाँतो का व्यायाम नही होगा और व्यायाम के अभावो दाँत खराब हो सकते हैं, सड़ सकते है, उनमे रोग पैदा हो सकता है । अतः खूब चवा-चवाकर खायें ।

जो भी वस्तु हम खाना चाहते है, पहले उसके बारे मे यह सोच ले कि यह हमारे शरीर के लिए हानिकर तो नही है । जो वस्तु शरीर को हानि

पहुँचाने वाली हो उसे विरक्तुण ग्रहण न करें। शरीर को लाभ पहुँचाने वाली वस्तुओं में सबसे बढ़िया चीज है—कच्ची साग-सब्जी, फल, कच्चा अनाज। साग सब्जी कच्चा खाया जाय तो बहुत ही लाभदायक है। कच्ची सब्जी खाई जा सकती है। उसमें विटामिन भी बहुत होते हैं। प्रकृति आवश्यकतानुसार उसे पका भी देती है। नमक, चीनी, खटाई, कड़वाहट आदि जिन चीजों की भी आवश्यकता होती है, प्रकृति पूर्ण रूप से उनमें नर्निहित कर देती है। हमें उसी रूप में उसे खाना चाहिये तभी हमें स्वास्थ्य के लिए उत्तम वस्तु प्राप्त हो सकती है। पर हम ऐसा नहीं करते हम उसे पका कर खाते हैं। पहले सब्जी को छीलने से सब्जी का सत्यानाश ही हो जाता है। इन छिलकों में पर्याप्त मात्रा में विटामिन होते हैं। छीलने के बाद सब्जी को काट कर धो डालते हैं। इससे बहुत से सब्जी के भीतर के विटामिन पानी के साथ दूर हो जाते हैं। अतः सब्जी के काटने से पहले ही अच्छी प्रकार धो लेनी चाहिये। इसके बाद धी-तेल गर्म करते हैं उनमें मसाले मिर्च, खटाई आदि डालते हैं। अब ठम कटी हुई सब्जी को उसमें डाल देते हैं। थोड़ी देर उसे खूब अच्छी तरह ड़धर-ड़धर चलाते हैं। इससे जो बचे-खुचे विटामिन रह भी गये थे वे भी जल कर राख हो जाते हैं। खाते समय हम केवल सब्जी का फोक खाते हैं उनमें विटामिन आदि तो रह नहीं जाते। स्वाद आता है वह मिर्च-मसालों का आता है। अतः यदि कच्चे खाने की सुविधा न भी हो तो सब्जी को धोकर काटें, उबलते पानी में डालकर टक दें और दस मिनट में उसे उतार दें। पानी पर्याप्त मात्रा में हो वस सब्जी तैयार है। सूखी सब्जी देर से पختती है। यदि चाहें तो थोड़ा नमक, नींबू, भुना जीरा ऊपर से डाल दें। यदि न भी डालें तो दो चार दिन में यही उबाली सब्जी आपको अति स्वादिष्ट लगने लगेगी। आप देखते ही हैं कि कोई भी पक्षी या जानवर पकाकर भोजन नहीं खाता और हमसे अधिक स्वस्थ रहता है।

अनाज के बारे में कहना यह है कि रात के समय गेहूँ, चना, मूँग, मोठ आदि को भिगो दें। सवेरे उसे पानी में से निकाल कर गीले कपड़े में रखें। दूसरे दिन उसमें अकुर निकल आयेंगे। इस अकुरित चना, गेहूँ, मूँग, मोठ में विटामिनों की सत्या कई गुना बढ़ जाती है। इन अकुरित अनाजों को खूब



चवा चवा कर खायें । चवाकर खाने से दात मजबूत रहेंगे, आंतों को व्यर्थ का श्रम नहीं करना पड़ेगा, भोजन शीघ्र पाचन होकर शरीर को स्वस्थ बनायेगा । भोजन भी कम लगेगा । चवाकर खाया हुआ भोजन कम खाया जाता है । पकाने में जो समय लगता है वह बचेगा, धुवा से वायु दूषित होता है, वह बचेगा, ईंधन, कोयला, मिट्टी का तेल आदि जिम पर भी भोजन बनाया जाता है उसकी बचत होगी ।

### पानी की कमी

शरीर को स्वस्थ बनाने के लिए पानी की पर्याप्त मात्रा शरीर में होनी चाहिये । आप प्रतिदिन कम-से-कम 2-3 किलो पानी पीजिये । कब्ज को दूर भगाने के लिए प्रातःकाल उठिये 2-3 गिलास पानी पीजिये । कमरे में इधर-उधर कुछ देर घूमिये, फिर शौच के लिए जाइये । आपको शौच खुलकर आयेगा ।

### व्यायाम

शरीर को स्वस्थ रखने के लिए व्यायाम करना बहुत आवश्यक है । किमी ने ठीक कहा है—“अपि न हि व्यायाम समाना तनिक न व्यय और लाभ महानो । इसी प्रकार उर्दू में—“दवा कोई वरजिश से बेहतर नहीं, यह सुखा है कम खर्च बाजा नशी । कब्ज के रोग में भी कई प्रकार के व्यायाम हैं । सबसे बढ़िया सवेरे उठकर शौच होकर सुबिचा, हो तो नहाकर भी, जगल की खुली हवा में टहलने के लिए चले जाइये । 3-4 मील टहल आइए । जगल की शुद्ध वायु में गहरे लम्बे साँस लीजिये, छोड़िये इससे आपकी आयु भी लम्बी होगी, स्वास्थ्य भी मिलेगा । यदि दौड़ सकें तो घूमने जाते समय दौड़ते हुए जाइए । शरीर की सामर्थ्य के अनुसार दौड़ लगाइए । आसनो में पश्चिमोत्तान, सर्वांग, शीर्षासन, मयूरासन, कुक्कुरासन, मत्स्यासन नौली क्रिया आदि कब्ज तोड़ने में पूर्ण सहायक हैं ।

### चिन्ता-क्रोध

चिन्ता के बारे में प्रत्येक स्त्री-पुरुष जानता है कि चिन्ता करना ठीक नहीं है । पर चिन्ता की नहीं जाती अपने आप हो जाती है । परिस्थितियों के साथ-साथ चिन्ता लगी रहती है । फिर भी चिन्ता के बारे में यह सोचकर

कि चिन्ता करने में कोई समस्या का हल तो होता नहीं बल्कि चिन्ता से बुद्धि भ्रष्ट हो जाती है जिससे समस्या और उलझ जाती है। इसके साथ-साथ शारीरिक आंतों, तथा नम-नाड़ियों पर दुष्प्रभाव पड़ता है। वे मिकुंड जाती हैं, कार्य करना कम कर देती हैं और शरीर का सन्तुलन बिगड़ जाता है।

यही दशा क्रोध की है। क्रोध के समय खाया हुआ भोजन विष-तुल्य हो जाता है। क्रोध के समय शरीर की पाचन-क्रिया बिगड़ जाती है और शरीर में से कुछ ऐसा पदार्थ निकलता है जो भोजन को विष बना देता है। अतः भोजन करते समय क्रोध नहीं करना चाहिये। यदि क्रोध आया हुआ हो तो भोजन नहीं करना चाहिये। भोजन के समय मन प्रमत्त होना चाहिये और आसन पर सीधे बैठकर भोजन करना चाहिये इससे खाया हुआ भोजन उचित रीति में पचकर शरीर का पोषण करता है। विपरीत दशा में विष बन कर हानि पहुँचाता है। कब्ज, फोड़े-फुमी, बहरापन, सर-दर्द, नेत्र-ज्योति कम होना आदि रोग उभरते हैं। इसलिए चिन्ता और क्रोध को अपना शत्रु समझ कर इनसे दूर रहने में ही अपनी भलाई समझनी चाहिये।

औषधि प्रयोग के बारे में यहाँ तक देखा गया है कि लोग जरा-जरा सी बात पर औषधि लेते हैं। जरा कुछ कष्ट हुआ कि दौड़कर डाक्टर वँचो के पास जाते हैं और दवा खाते हैं। इससे जहाँ पैसे का दुरुपयोग होता है, वहाँ शरीर का भी मत्थानाश होता है। बीमारी चाहे कोई भी हो आपकी शत्रु नहीं है। उसे शत्रु न समझ कर मित्र समझना चाहिये। बीमारी तो हमें चेतावनी देती है कि तुम्हारे शरीर में विजातीय द्रव्य इकट्ठा हो गया है, उसे दूर करो। यदि हम चेतावनी के द्वारा हम अपने को ठीक कर लेते हैं तो उत्तम है पर यदि हम चेतावनी की तरफ ध्यान न देकर पेट को ठीक नहीं करते तो बीमारी बढ़ जाती है। यह दूसरी चेतावनी है। इसके साथ-साथ अन्य बीमारियाँ भी आकने लगती हैं। इतने पर ही न चेता गया तो बीमारी बढ़कर अनाध्य रोग का रूप धारण कर लेती हैं और शीघ्र ही जीवन नष्ट हो जाता है। यदि बीमारी होते ही हम चेत जायें तो हम बच सकते हैं। बीमारी का लक्षण प्रकट होते ही भोजन की ओर ध्यान दीजिये। कैसा भोजन आप कर रहे हैं। यदि 1-2 समय भोजन न किया जाय तो शरीर का नाड़ी-मडल

शरीर को बो-धाकर ठीक करने में लग जायेगा । आप स्वस्थ हो जायेंगे इसी प्रकार कब्ज होने पर दीखिए कि आप कैसा भोजन कर रहे हैं । यदि पूरी-परांठे, तली चीजें, मूखी मक्खी, आदि मिर्च मसालो से युक्त खा रहे हो तो 0-2 समय खाना बन्द कर दीजिये या—मौमम के अनुसार मिलने वाली पत्तेदार सब्जियों का भरपूर प्रयोग कीजिये । आप स्वस्थ रहेंगे ।

**एनिमा**—शरीर की सफाई के लिए एनिमा लेना अच्छा है । एनिमा में पेट माफ हो जाता है । बहुत बार कुछ मल इस प्रकार आंतों में चिपका होता है कि वह बाहर आता ही नहीं । अन्दर चिपका पड़ा रहता है और सड़ता रहता है । उसे हटाने में भी एनिमा सहारा देता है । यदि आपको कब्ज नहीं है, कोई और रोग भी नहीं है, तो भी आप महीने में यदि एनिमा ले लेते हैं तो कोई खराबी नहीं है । वैसे आवश्यकतानुसार, कब्ज हो पेट में गड़बड़ हो, तो महीने में 3-4 बार भी और अधिक खराबी होने पर रोज भी एनिमा कई दिन तक लिया जा सकता है, और आप देखेंगे कि एनिमा से कुछ लाभ ही हुआ है हानि नहीं ।

इसके अलावा मिट्टी का प्रयोग भी कब्ज तोड़ने के प्रयोग में लाइये । कुछ खर्चा तो है नहीं । साफ मिट्टी लीजिये । न खूब चिकनी हो और न बिल्कुल बालू रेत ही । मिट्टी को जैसे आटा गूदते हैं वैसे गूद लीजिये । रात को सोते समय मिट्टी को पेड़ पर रख दीजिये और एक पट्टी लेकर उसे बांध दीजिये । आधा पीने घण्टे बाद पट्टी हटा दीजिये । यह भी कब्ज तोड़ने में आपकी काफी सहायता करेगी ।

## प्रारम्भिक शब्द

दीर्घ काल पूर्व मैंने चिकित्सा सम्बन्धी एक पत्रिका का प्रकाशन प्रारम्भ किया था, जिसे ईश्वर कृपा से सर्व साधारण ने अत्यधिक पसन्द किया था। स्वाभाविक बात है कि जब किसी वस्तु का आदर होने लगे, तो उसका साहस बढ़ जाता है, अस्तु मैंने उसके अनेक विशेषाङ्क भी प्रकाशित किए। जिनमें से एक विशेषाङ्क मलेरिया भी था। चूंकि युद्ध काल में कुनैन आदि विदेशी औषधियाँ अप्राप्य हो जाती हैं, उस समय जन कल्याण के लिए यह पुस्तक परम उपयोगी सिद्ध होती है। इस पुस्तक में सर्वत्र प्राप्य द्रव्यों से ही इस दुष्ट व्यापक रोग।

### मलेरिया ( मौसमी ज्वर )

रोग—की चिकित्सा के उपाय बताए गए हैं। सम्भवतः इसी कारण इस पुस्तक को हाथों हाथ ले लिया गया। जब पुनः मलेरिया का जोर और कुनैन की दुष्प्राप्यता का सङ्कट आया, तो मे० देहाती फार्मैसी के सहयोग से यह पुस्तक पुनः प्रकाशित हुई और इसने देश की एक भारी आवश्यकता की पूर्ति की। अब पुस्तक आपके भी हाथ में है, पढ़ने से इसकी उपयोगिता का स्वतः अनुमान हो जायगा। ईश्वर आवश्यकता के समय आपको सफलता प्रदान करे, यही मेरी कामना है।

—लेखक

## मलेरिया के कारण

वर्षा काल में जहां सर्प आदि विपैले जन्तुओं से सहस्रों प्राणों का नाश होता है, वहां उसके बाद मच्छर चारों ओर मलेरिया की न बुझने वाली अग्नि भडकाते हैं, यहां तक कि कोई भी मनुष्य नहीं बचता। नगरो, देहातों, कस्बों, मकानों, और वायुमण्डल में ऐसा कोई स्थान नहीं, जहां ललकार कर आक्रमण करने वाला यह घोर सिपाही उपस्थित न हो, इस घातक जानवर का मोजन विविध वनस्पतियां हैं, और वनस्पतियों में ऐसे विपैले तत्व भी होते हैं, जोकि यदि मनुष्य के रक्त में प्रविष्ट कर दिये जाय, तो उसे दूषित करके उसे ज्वर ग्रस्त कर देते हैं। इस ऋतु में अन्य वनस्पतियों के अतिरिक्त विशेष कर चौलाई और विषखपरा इस जीव की रुचि प्रिय ग्राह्य हैं, इन दोनों में अन्य वनस्पतियों की अपेक्षा मलेरिया उत्पादक तत्व अधिक मात्रा में है। जो मच्छर उनपर निर्वाह करते हैं, निम्नन्देह ही उनके काटने से मलेरिया उत्पादक तत्व रक्त में प्रविष्ट हो जाता है। यद्यपि इस ऋतु में मच्छर पशुओं को भी काटते हैं, किन्तु एक तो खाल मोटी होने, दूसरे उनके विष को शमन करने वाला अणुद तत्व भी उनके शरीर में रहता है, इसलिए उनपर इनका जादू नहीं चलता। मच्छर का मोजन इनके अतिरिक्त खून भी है। जब यह रक्त चूसने के लिए मनुष्य

को काटता है, तो यह विपैला तत्व दश द्वारा रक्त में प्रविष्ट होकर मलेरिया का कारण बन जाता है, और रक्त प्रवाह के साथ सारे शरीर में फैलकर ऊष्मा पैदा कर देता है। यह ऊष्मा बढ़ जाने पर हृदय भी उससे पीड़ित होकर उष्ण हो जाता है, और उसके तापग्रस्त होते ही सारा शरीर तपने लगता है, वस यही ज्वर होता है।

**लक्षण**—इसके लक्षण विभिन्न होते हैं, कभी ज्वर से पूर्व शरीर ठूटता है, कभी सर्दी लगती है और फिर ज्वर होता जाता है। कभी ज्वर नित्य प्रति वारी से आता है, पीठ या पांव की ओर से सर्दी लगती है। ज्वर की उष्णता अति तीव्र होकर पसीना आकर ज्वर उतर जाता है ज्वर की दशा में बेचैनी, प्यास, वमन, अतिसार, सिर पीड़ा और मुंह का स्वाद कड़वा रहता है। प्रारम्भ में शीत व कम्प बहुत होता है, और ज्यों र समय व्यतीत होता जाता है कम्प कम होता है, कभी एक दिन वारी लम्बी और हल्की रहती है, और कभी ज्वर तीव्र और अवधि कम होती है अस्तु लक्षणों से प्रकट है कि यह कोई नया ज्वर नहीं, वरन् विषम ज्वर की ही एक किस्म है। जिसकी विविध दशाएं हैं, आम तौर पर जिसे मलेरिया कहा जाता है, उसी का दूसरा नाम मौसमी ज्वर है। इसकी विशेष पहचान यह है—यदि एक से अधिक गिव मिल जाती हैं, तो प्रति दिन वारी आती है अन्यथा तीसरे दिन, जिसे तिजारी ज्वर कहते हैं। प्रारम्भ में पीठ या पांव की ओर से सरदी लगती है, कम्प तीव्र होता है, शरीर शीघ्र ही उष्ण हो जाता है और उष्णता

ति तीव्र होती है। नाडी प्रारम्भ मे कमजोर होती है, थोड़ी र बाद तेज हो जाती है। ज्वर की अधिकाधिक अवधि १४ एटे होती है। कभी वमन, ज्वरातिसार या अर्क के कारण चार गरी के बाद ज्वर स्वत ही नष्ट हो जाता है। क्योंकि तबियत खुद ही वमन, अतिसार आदि के द्वारा दूषित तत्व निकाल देती है। ज्वर उतरते समय पसीना बहुत आता है। यदि ज्वर दशा मे पानी पिया जाय. तो जलोदर हो जाता है। वेचेनी, प्यास, वमन, अतिसार और सिर पीडा हो जाती हैं मु ह का स्वाद तीखा होता ह, डाक्टर उसकी सारी अन्य किस्मों को भी मलेरिया ही समझते हैं। चू कि इसके अनेक भेद आयुर्वेदिक ग्रन्थों मे लिखे हैं, जिनमें कुछ का तत्व केवल पित्तज होता है और किसी २ का कफ सहित। किन्तु फिर भी चू कि आधार सब का एक ही होता है, अब, इसकी किस्मों की सही पहिचान तनिक दुष्कर है। यही कारण है कि डाक्टरों की मलेरिया के लिए अक्सर 'कुनैन' भी किन्हीं दशाओं मे सफल नहीं होती। यह श्रेय तो यूनानी व आयुर्वेद चिकित्सा के प्राचीन विषजों को ही प्राप्त है कि जिन्होंने लक्षणों और नाडी गतियों पर इस के विविध भेद ज्ञात किए और उनके लिए पृथक २ चिकित्सा निश्चित की। अस्तु कुछेक ऐसे रोगी हमारे भी देखने में आए, जो कि माह कार्तिक मे प्लीहावृद्धि आदि रोगों में ग्रस्त हो गए थे, किन्तु डाक्टर इसे भी मलेरिया कहते थे।

## मलेरिया से बचने के उपाय

चूँकि वनस्पतियों के विपैले तत्व, जो कि मच्छरों के द्वारा रक्त में प्रविष्ट होकर मलेरिया का कारण बनते हैं, अस्तु उससे बचने के लिए दो उपाय हैं—पहिला यह कि मकान के अन्दर या आस पास गन्दगी बिल्कुल न रहने दें ताकि मच्छर बढने न पाएं। मकानों की नालियां साफ रहनी चाहिए। मकान के आस पास कूड़े कर्कट और गन्दगी के ढेर न हों, ताकि मच्छरों की उत्पत्ति मे कमी हो। पानी के गड्ढों में तनिक सिट्री का तेल डाल दिया करें, ताकि मच्छर अण्डे न देने पाए। रात के समय मकान मे गूगल और लोभान का धुआ करना चाहिए, ताकि, मच्छर न ठहरें। गधक का धुआं यद्यपि अधिक प्रभावक है, किन्तु प्रतिश्याय ( जुकाम व नजला ) उत्पन्न करता है। कपूर को तेल में मिलाकर वदन पर मलने से भी मच्छर नहीं काटता रात को मसहरी का प्रयोग करना चाहिए।

**चिकित्सा**—यदि विषखपरे का रस निकालकर एक उबाल दें और थोड़ी देर छोड़ें, ताकि हरियाली तह मे बैठ जाय, फिर छान कर लाल शक्कर मिला लें और २ तोले मलेरिया के रोगी को पिलाएं, वस उसी दिन मलेरिया का अन्त है। विरेचन इस ज्वर मे तीव्र होना चाहिए। उत्तम विरेचन घुड़चढ़ी है, लेकिन कुछ कोमल स्वभाव वाले कष्ट अनुभव करते हैं, अतः हरे भंगरे का रस ५ तोले, पानी ५ तोले मिलाकर रोगी को पिलाएं तत्पश्चात् बिही दाना का मीठा रस मिश्री मिलाकर दें।



आध घण्टे बाद हल्का खाना यथा सागूदाना, दूध चावल आदि दें। आशका रस भी लाभप्रद है। ज्वर के दिन विरेचन देना चाहिए केवल कागजी नीबू का रस, अनार का रस, विट्ठी दाना का रस, नारंगी का रस आदि मीठा करके पिलाएं। यदि वमन होने को हो, तो दूषित तत्व को वमन द्वारा निकालने का प्रयास करें। किन्तु यदि दुर्बलता प्रतीत हो, तो तत्काल रोक दें। यदि पसीना निकले, तो दूषित तत्व पसीने द्वारा निकालने का प्रयास करें इसके लिए निम्न गोलियां भी बड़ी प्रभावक हैं—

**योग**— फिटकरी श्वेत, कलमी शोरा, ६-६ माशे तिब्वाशीर ३ माशे सखिया १ माशा, शुद्ध कपूर १ माशा, सबको हरे तुलसी दल के पानी में घोंट कर १२८ गोलियां बनाएं। एक गोली प्रातः काल शर्वत नीलोफर के साथ दें। एक ज्वरागम से आधा घंटा पूर्व दें। भोजन में केवल गाय का दूध दें।

**अन्य**— करजुआ की गिरी ६ माशा, काली मिर्च ११ नग, अतीस छिली हुई ४ माशा, फिटकरी ४ माशा, छोटी इलायची के दाने ३ माशे तिब्वाशीर ३ माशा समुद्र फल ४ माशा, सबको सूक्ष्म पीसकर चूर्ण बनालें। ५ माशा वादयान के अर्क के साथ और शर्वत नीलोफर क्रमशः ५ तोला व २ तोला के साथ दें। एक दिन पूर्व जुलाव देकर तबियत को हल्का कर लेना चाहिए। इससे अतिशीघ्र लाभ होता है।

**अन्य**— श्रावणी के मौसम में ज्वार और कपास की फसल में औरत की नाक की लौंग की भाति फूल की एक चूटी होती है, लगभग एक गज ऊंची, पत्तों का स्वाद तीखा, सर्व साधारण

इसे लौंग बूटी कहते हैं। हल्दो भी इसी का नाम है। इसके १ तोले हरे पत्ते लेकर २१ नग काली मिर्च के साथ कूटकर तीन गोलियाँ करलें और ज्वरागमन से पूर्व आधा २ घटे के अन्तर से दें। यदि ज्वर के कारण सर्दी अधिक प्रतीत हो रही हो, तो अजवायन खुरासानी ४ रत्ती पीसकर शहद मिलाकर दें और कपडा उठा दें। यदि ज्वर अति तीव्र हो तो कद्दू दराज से से हाथ पाव की मालिश उगलियों की ओर से कराए। यदि प्यास अधिक हो, तो कागजी नीबू की शिकजीवन पिलाए, परम लाभदायक है।

**अन्य** —ज्वर से एक घटा पूर्व पीपल की शाख की तीन दांतुने बिना पानी की महायत्ता के देर तक करें।

कोमल प्रकृति वालों व बच्चों के जुलाब के लिए निम्न गोलियां सेवन कराएं—

**योग**—सबेर जर्द ४ तोले को तीन दिन तक गुलाब के रस में भिगों रखें। चौथे दिन छान कर साफ करें और मन्द आंच पर अर्क को सुखावें। फिर सिकमोनियां सुना हुआ ४ माशे, तुरवद साफ किया हुआ ६ मा०, रूवे उलसूस ५ मा०, कतीरा ६ मा०, रुमी मस्तगी ३ मा०, रेवन्द उसारा १ मा०, वारीक पीसकर छोटी २ गोलियां बना लें और वादाम के तेल से तर करलें। दस वर्ष के बच्चों को २ या ३, बड़ों को ५ गोलियां वादयान के अर्क ( यानी सोंफ ५ तोला, अर्क मकोय, ५ तोला ) के साथ दें। तत्पश्चात् विही दाना का रस दें। भोजन नरम दें।

---

# मलेरिया तथा उसके उपसर्ग

## मलेरिया के भेद

मलेरिया एक विशेष प्रकार के विषैले कीटाणु के रक्त में प्रविष्ट हो जाने से उत्पन्न होता है। इसकी प्रमुख दो किस्में हैं—  
( १ ) नौवती ( २ ) स्थायी ।

नौवती ज्वर वह है, जो किसी विशेष समय पर तीव्र होकर कुछ कालोपरान्त स्वतः ही उतर जाता है. और उतर जाने पर रोगी अपने को पूर्ण स्वस्थ समझता है, किन्तु निश्चित समय पर ज्वर पुनः चढ़ जाता है ।

स्थायी ज्वर वह है, जो विलकुल नहीं उतरता । हां प्रातः या सायंकाल कुछ हल्का हो जाता है । यहाँ हम दोनों भेदों का पृथक् २ वर्णन करते हैं ।

### नौवती ज्वर

इसे सर्व साधारण वारी का ज्वर कहते हैं । यह कई प्रकार का होता है, कोई ज्वर प्रातः साय दोबार घेरा करता है, कोई दिन में एक बार । कोई एक दिन का नागा देकर चढ़ता है, जिसे तीजा या तिजारी कहते हैं । कोई दो दिन का नागा देकर चढ़ता है, जिसे चौथिया कहते हैं । कोई इससे भी अधिक का नागा देता है । हर प्रकार के नौवती ज्वर चढ़ने से पूर्व रोगी को

सर्दी प्रतीत होती है, किसी को जोर से कपकपी आती है, रोगी को घबराहट और कष्ट होता है, जब सर्दी कम हो जाती है, तो शरीर गर्म हो जाता है। सारे शरीर में जलन और चेबेनी होती है अन्त में पसीना आकर ज्वर उतर जाता है। नौबती ज्वर में अनेक उपसर्ग उत्पन्न हो जाते हैं। यहां पृथक् २ उनका वर्णन और निवारक उपाय लिखे जाते हैं :—

**ज्वर का आरम्भ**—पहिले सुस्ती, आलस्य और अङ्ग टूटन होती है, फिर शरीर के रोंगटे खड़े हो जाते हैं और सर्दी प्रतीत होने लगती है। जिसका कारण यह है कि रक्त बाहर से अन्दर की ओर सञ्चारित होता है, चूंकि शरीर की ऊष्मा रक्त-प्रवाह से सम्बन्धित है, अस्तु जिस अंग में रक्त एकत्रित होता है यथा हृदय, फेफड़े, प्लीहा, मस्तिष्क, आमाशय, यकृत आदि में इसी प्रकार के लक्षण प्रकट होते हैं। शेष शरीर ठंडा होकर कांपने लगता है। दांत बजते हैं, रोगी सिकुड़ कर विस्तर में लिपट जाता है। जब हृदय में रक्त एकत्रित होता है तो हृदय को घोर कष्ट होता है, फेफड़ों में होने पर उसकी श्वास गति बढ़ जाती है। प्लीहा में रक्त इकट्ठा होने से उसमें पीड़ा होने लगती है, यदि मस्तिष्क में हो, तो सिर बोझिल सा लगता है, या मूर्च्छा हो जाती है। आमाशय और यकृत में रक्त सञ्चय होने से जी मिचलाता है, वमन होती है, इस दशा में निम्न उपायों से काम लेना चाहिए।

**कम्प**—जब सर्दी प्रतीत होने लगे, तो तेज गरम पानी, या तेज गरम दूध थोड़ा २ करके पीयें । इससे कम्प कम हो जायगा गर्म दूध पीने के विधि यह है कि एक छटांक गरम दूध और ३ छटांक गर्म पानी मिला कर एक दो बार में पीना चाहिए ।

२—तेज गरम पानी की बोतलें भरकर दोनों बगलों में रख लें । आमाशय के स्थान पर सेकें । हथेलियों, तलुवों और पिण्डलियों को उसी प्रकार सेकें । यदि बोतलें न मिलें, तो अनेक गरम करके कपड़े में लपेट कर इन्हीं स्थानों पर सेक करें । या कढ़ाई में रेत गरम करके कपड़े में पोटलिया बांध कर यथा विधि सेकें ।

—एक नग पोस्त, तीन नग लौंग, १ मा० चाय, आध सेर पानी में उबालें, जब आध पाव बचे, तो छानकर गरम २ पिलाए ।

२. हृदय की वेचैनी—( १ ) मीठा अनार शर्वत बर्फ में ठंडा कर के पिलायें ।

( २ ) सन्दल को घिस कर कपड़े पर बर्फ मिला कर हृदय स्थल पर लगायें ।

( ३ ) खमीरा सन्दल ७ मा० खिलाकर ऊपर से शीराजूरशक खुरफा के बीज, कशनेज खुश्क प्रत्येक तीन माशे, अर्क वेदमुश्क में निकाल कर पिलाइें ।

३. मूच्छा—( १ ) सेक की क्रिया यथाविधि प्रयोग करे ।

( २ ) रोगी के सिर पर पतला कपड़ा सिरका व रोगन गुल में तर करके वार २ रखें या बर्फ थोड़ी देर तक लगावें ।

( ३ ) ठंडा पानी रोगी के माथे व मुंह पर जोर से छिड़कें ।

( ४ ) जजवील का चूर्ण हाथ में लगा कर रोगी की पिंडलियों को जोर २ से नीचे की ओर मालिश करें ।

४. सिर-पीड़ा—यदि नेत्र लाल न हों, और रोगी सिर को हिलाने से भी भारी पन अनुभव न करे तो उसका कारण कोष्ठवद्धता होती है । किसी मृदु विरेचक या कोष्ठ शोधक औषधि यथा गुलकद निर्वीज मुनक्का शीरखुदत आदि दें । यदि नेत्र लाल और सिर बोझिल हो तो बाल करवाकर सिरका और गुलाब में कपड़ा तर करके सर पर रखें और पंखा झलते रहें । जब कपड़ा शुष्क हो जाय, तो पुनः तर करके रखें ।

सिर पीडा के लिये निम्न औषधियां सेवन करें

( १ ) कशनीज १ तो०, सन्दल, काहू प्रत्येक ६ मा०, कपूर १ मा०, पानी में पीस कर माथे और सर पर लेप करें ।

( २ ) कपूर सिरका तुन्द में घोल कर ठंडा पानी मिला कर उस में कपड़ा तर करके वार २ सिर पर रखें ।

( ३ ) यदि पीडा तीव्र और आंखें लाल हों, तो गर्दन पर एक पलस्तर और कोनों पिंडलियों पर दो पलस्तर करें ।

( ४ ) यदि रोगी सशक्त हो तो कनपट्टियों पर दो जोकें लगवा दें ।

५. वमन और मितली—चू कि कै से प्रायः पीले रंग का कड़ुवा पानी निकलता है, इसलिए इसे प्रारम्भ में वन्दन करना चाहिए, अपितु गम पानी में नमक मिलाकर पिलावें, ताकि कै खुल कर आ जावे । फिर भी यदि वन्दन न हो तो निम्न उपायों से काम ले ।

( १ ) जहर मुहराखताई ६ मा०, अर्क केवड़ा ५ तो०, में घिसकर उसमें डलायची छोटी ४ नग, तवाशीर १ माशा मिलावें और मीठे अनार का शर्बत तीन तोले ठंडे पानी में मिलाकर १-१ घूंट आध घंटे के अन्तर से मिलावें ।

( २ ) ६ मा० गिलोय को १॥ पाव पानी में उबालें । जब आध पाव रह जाय, तो ६ मा० शर्द मिला कर दो तीन बार पिलावें ।

( ३ ) सोडावाइकार्ब २० ग्रेन, एसिड टारटरिक १५ ग्रेन, पृथक २ ठण्डे पानी में घोल कर मिलावें और गरम गरम पी जायें ।

( ४ ) पीपल की छाल के कोयले जला कर पानी में डालें और यह पानी छान कर थोड़ा २ पिलावें ।

( ५ ) आम्राशय पर वर्फ की थैली या राई का लेप लगाए ।

६. तृपा ( प्यास )—थोड़ा २ ठंडा पानी पिलावें या वर्फ के टुकड़े चुसाए और निम्न औषधियां सेवन कराए :—

( १ ) नींबू की शिकंजी में गुलाबजल मिला कर वर्ष से ठण्डा करके पिलाए ।

( २ ) इसली या आलूबुखारा का रस वर्ष ढालकर पिलाए ।

( ) कशानीज, मथान, पित्तपापडा समपरिमाण जीकुट करके १ तोला को - पाव पानी में उबालें । जब एक पाव रह जाय तो साफ करके ठंडा करें, और रोगी को पिलायें ।

( ४ ) गाय का कच्चा दूध नस्यवत नाक से खींचें ।

७. मूर्च्छावस्था—कभी वजाय कम्प के रोगी को, प्रायः वच्चों को मूर्च्छावस्था सी हो जाती है, उसके लिए यथासम्भव कब्ज दूर करने की चेष्टा करें । कपूर की डली रोगी की नाक से लगा कर फूंक मारें । कुछेक मिनट पेमा करने से आराम हो जायगा ।

८. पेचिश—कम्प के कारण यकायक रक्त के आतों में डकट्टा हो जाने से पेचिश हो जाती है । उसके लिए निम्न विधियों से काम लें :—

( १ ) कोकनार ४ मा०, जंजवील ६ मा०, वादियान, कतीरा, ईशवगोल, नीम जला हुआ ६-१ तोले । ईसवगोल के अतिरिक्त औषधियों को सूक्ष्म पीस कर ईसलगोल मिलायें ।

मात्रा—१ मा० बीदाना के ३ मा० रस के साथ ।

( २ ) वेलगिरी ७ मा०, खश, कशानीज, नागरमोथा, नेत्र वाला प्रत्येक १ मा०, उबाल कर प्रातः साय पिलायें ।



( ३ ) हलीला स्याह २ तो०, अजवायन गुरासानी १ तो०, कुन्दर ३ मा०, पीसकर ईसबगोल के साथ ज्वार के दाने के बराबर गोलियां बनाए ।

मात्रा—२ गोलियाँ ईसबगोल के रस के साथ या बीहदाना के रस के साथ ।

६. खांसी—फेफड़ों में रक्त संचय के कारण यह वृष्ट उत्पन्न होता है, इसके निवारणार्थ निम्न योग सेवन कराए ।

( १ ) बनफशा ३ मा०, मुलहटी झिल्ली हुई, अलसी के बीज, बीहदाना, वांसा, ख्वकला, गिलोय, प्रत्येक ३ मा०, उन्नाव ३ दाना, आध सेर पानी में उबालें । जब आध पाव रह जाए, तो साफ करके ३ तो० शहद मिलाकर दिन में दो बार समोष्ण पिलायें ।

( २ ) समग अर्बी, कीरा, कमला के बीज, निशास्ता, शकर तेगान, रवेउलसूस, खशखश, समपरिमाण बीहदाना के रस में छोटी २ गोलियाँ बनालें और मुंह में रखकर चूसें ।

१०. जलन—कभी २ ज्वर की तीव्रता से शरीर में जलन और बेचैनी होती है, निम्न उपाय प्रयोग में लावें ।

( १ ) एक पाव तेज सिरका में तीन पाव पानी मिलावें । इस में साफ कपड़ा तर करके तनिक निचोड़ कर रोगी का मुंह पृष्ठ दें । दो तीन बार ऐसा करने से आराम हो जाता है ।

( २ ) मस्कागाव सौ चार पानी से धोकर शरीर पर मालिश करें ।

( ३ ) आंवले के रस में कपड़ा तर करके दो,तीन चार शरीर पोंछें ।

११. हिचकी—निम्न उपाय हिचकी रोकने के लिए बड़े ही काम के हैं:—

( १ ) सेंधा नमक सूक्ष्म पीस कर पानी में घोल कर नस्य दें ।

( २ ) मधुपीपल, आंवला, जजवील, दालचीनी समपरिमाण चूर्ण करके शहद में मिलाकर थोड़ा २ चटावें ।

( ३ ) अथैत सन्दल स्त्री के दूध में घिस कर नस्य लें ।

१२. अनिद्रा—नींद लाने के लिए उपाय ये हैं —

( १ ) थोड़ी सी अफीम पानी में घिस कर कनपटी पर लगा दें ।

( २ ) खशाखश व कदू के तेल की सर पर मालिश करें और तनिक सा दोनों कानों में टपकावें ।

( ३ ) नीलोफर, कदू के बीज, खुरफा के बीज, सफेद सदल प्रत्येक तीन माशे, कपूर १ मा०, अफीम, केशर, प्रत्येक १/२ मा० पीसकर गुलाब का तेल १ तोला, हरी केशनीज का रस २ तो०, सिरका ६ मा० मिलाकर सिर के तालू पर लेप करें ।

## ज्वर की चिकित्सा

चूंकि नोवती ज्वर की दो दवाएँ होती हैं, अतः इस की चिकित्सा भी दो प्रकार की औषधियों से की जाती है ।

**ज्वर निवारक औषधियां—**इस दशा में ऐसी औषधियाँ सेवन कराई जाती हैं, जिनसे शरीर की गर्मी कम हो जाय। और यह तीन तरह से सम्भव है—प्रथम प्रस्वेदक अर्थात् पानी न लाने वाली दवाएँ, दूसरी पेशाब लाने वाली दवाएँ, तीसरी दस्त लाने वाली दवाएँ। किन्तु इन में रोगी को दुर्बल न होने देने का ध्यान रखना चाहिए। यहाँ कुछ औषधियाँ अंकित की जाती हैं।

( १ ) वनफशा के फूल, गिलोय, कशनीज, वादियान, प्रत्येक ६ मा०, खूबकला ३ मा०, निर्वाज मुनक्का ६ नग, आध सेर पानी में उबालें। जब एक पात्र रह जाय, तो मलकर छान लें और मिश्री ३ तो० मिलाकर नीम गरम पिलाए।

( २ ) ज्वर निवारक अर्क—खूबकला १ तोला, चिरायता, नीम की छाल, प्रत्येक २ तो०, डेढ़ सेर पानी में उबाल दें। जब तीन पात्र शेष रह जाय, तो साफ करके बोतल में डालें और उसमें गवक का तेजाब ४ बूँद मिलावें। प्रातः साय ५-५ तोला पिलावें। फीवर मिक्शचर से उत्तम है।

( ३ ) कलमी शोरा, नौशादर प्रत्येक २ तोला, क्षीर मदार १ तो०, शोरा और नौशादर को सूक्ष्म पीसकर तवे पर रखें और क्षीर मदार ४ तो० डाल दें। जब मदार का दूध शोष्ण हो जाय, तो थोड़ा और डाल दें और लोहे की सीक से हिलाते रहें। जब सारा दूध समाप्त हो जाय, और धुवाँ निकलना बन्द हो जाय, तो उतार कर सूक्ष्म पीस लें। पुनः १० मिनट तक तेज आंच पर

रखें, इसके बाद पीसकर शीशी में रखलें । आवश्यकता के समय ३ रत्ती दवा २ रत्ती सफेद खांड मिलाकर ठंडे पानी के साथ खिला दें । ज्वर तत्क्षण उतर जायगा । नचेत् दूसरे दिन पुन दें ।

### ज्वर की बारी रोकने वाली दवाएं

( १ ) ताजा तुलसीदल, काली मिर्च समपरिमाण खरल करके रत्ती २ की गोलियां बनालें और १ गोली ज्वरागमन से एक घंटा पूर्व खिला दें ।

( २ ) अरण्ड के हरे पत्ते ३ तोला, फुल्फल स्याह ६ मा०, नमक १ तोला, पीसकर गोलियां बनालें और ज्वर से पहिले १ गोली और दूसरी एक घंटा पहिले खिलाने से बारी रुक जाती है ।

( ३ ) नीम की अन्तर्छाल जो पीले रंग की होती है, शुष्क करके चूर्ण बनावें । ३ मा० चूर्ण में ३ रत्ती पिसी हुई काली मिर्च मिलाकर ½ माशे की पुडिया बनावें । ज्वर से पूर्व ३-४ घंटे के अन्तर से १-१ पुडिया खिलावें । तीन चार पुडिया खिलाने से ज्वर रुक जाता है ।

( ४ ) मधुपीपल १ तोला, करंजुवा की गिरी का चूर्ण १ तो०, श्वेत जीरा ६ मा०, कीकर के पत्ते ६ मा०, पानी से पीसकर गोलियां बनावे । उसमें से ३ या ६ गोलियां ज्वर से पूर्व तीन बार भे खिलावें ।

( ५ ) हरताल बर्किया १ तो०, नीला तूतिया ६ मा०, शख का चूना २ तोला, पत्थर का चूना १ तो०, कंकड का चूना १ तो०,

बीगवार के गूदे में २-३ घटे खरल करके मिट्टी के कूँजे में मुँह बन्द करके भली प्रकार कपरौटी करें और उसे एक हाथ गहरे और ½ हाथ चौड़े गढ़े में उपले भर कर उनके मध्य आग दें। ठंडा होने पर निकालें, और औषधि को पीसकर शीशी में रख छोड़ें। उसका रग श्यामता लिए होगा। ज्वर से दो घटे पूर्व १ रत्ती हलुवा में खिलाए। भोजन—दूध चावल या दूध रोटी। इस दवा से कमी ० कै आती है, भय न करें। अपितु गरम पानी पिलावें, ताकि खुलकर कै आ जावे। अगर कै अधिक आवे, तो थोड़ा समोष्ण दूध पिलावें। कम्प-ज्वर की वारी रोकने के लिए अनुभूत है। यदि एक बार में वारी न रुके, तो दूसरी वारी से पूर्व प्रयोग करें।

## स्थायी ज्वर

जैसा कि पहिले बताया जा चुका है, यह बिल्कुल कभी नहीं उतरता। हां इसकी तेजी घटती बढ़ती रहती है और यह घटाव बढ़ाव कभी तो इतना अल्प होता है। कि बिना ध्यान पूर्वक देखे प्रतीत नहीं होता और प्रायः यही कहा जाता है कि ज्वर लगातार एकसा चढ़ा रहता है। किसी समय भी कम नहीं होता। यह नितान्त असत्य है, कि ज्वर की छिन्नी में कोई घटी बढ़ी न हो। हां वह अन्तर बिना थर्मामीटर के अथवा किसी प्रवीण नब्ज देखने वाले के ज्ञान नहीं होता। इसीलिए प्रायः यह गलत धारणा पैदा होती है। इस प्रकार के ज्वरों की यदि समुचित

चिकित्सा न की जाय, तो ये बढ़ जाते हैं और उनसे सरसाम आदि रोग उत्पन्न होने का भय रहता है ।

**बोहरान**—इस प्रकार के ज्वरों में ज्वर प्रारम्भ होने की तिथि लिख लेनी चाहिए । क्योंकि ज्वरारम्भ से ४० दिन तक, किस दिन स्वास्थ्य लक्षण और किस दिन ज्वर तीव्रता के लक्षण होते हैं, आदि की गणना को चिकित्सक भाषा में बुहरान कहते हैं । अस्तु यदि बोहरान के दिनों में अशुभ लक्षण प्रकट हों, तो अनुचित चिकित्सा कदापि न करें । बुहरान का पूरा २ वर्षान 'देहाती अनुभूत योग संग्रह' के द्वितीय भाग में समझाकर लिखा गया है, जिसे जानना प्रत्येक वैद्य व हकीम के लिए परमावश्यक है । किन्तु खेद है कि आजकल के वैद्य 'बुहरान' का नाम तक नहीं जानते ।

यदि रोगी को कोष्ठवृद्धता हो, तो उसको आवश्यकतानुसार धिरेचन देना चाहिए । किन्तु बुहरान आने के दिनों में जुलाव कदापि न दें । जुलाव देने के लिए जो दिन उचित हैं, वे नीचे लिखे जाते हैं :—

८-१०-१२-१६-१६-२२-२३-२६-२८-२६-३२-३३-३५-३६-३८-३६

## स्थार्ड-ज्वर की चिकित्सा

स्थार्ड-ज्वर में इस प्रकार की औपधिया देनी चाहिए, जोकि घारी के ज्वर में ज्वर दशा में दी जाती हैं । यहां कुछ योग लिखे जाते हैं :—

( १ ) वनफशा के फूल ६ माशे, नीलोफर के फूल ६ मा०, कशनीज, श्वेत सन्दल, खूबकलां प्रत्येक ३ मा०, गिलोय ६ मा०, को १॥ सेर पानी में उवाले। जब ६ छटांक पानी रह जाय, तो छानकर १-१ छटांक में १-१ तो० मिश्री मिलाकर दिन में कुछ बार दें ।

( २ ) गिलोय, चिरायता, नीम के पत्ते, प्रत्येक ५ तो०, सहदेवी के पत्ते, सूरजमुखी के पत्ते, तुलसी के पत्ते, प्रत्येक ३ तो०, फुल्फल गिर्द, अतीस प्रत्येक २ तो०, कूटकर रात को तीन सेर पानी में तर करें और प्रातः काल उवाले। जब एक पाव शेष रह जाय, तो छानकर उसके साथ निम्न दवाएं मिलाकर खरल करें करजुवा के बीज की गिरी ५ तो०, कुनैन, अभ्रक भस्म श्याम व श्वेत, जहर मुहरा, सतगिलोय, तवाशीर दाना, इलायची छोटी, प्रत्येक १ तो० गौदन्ती भस्म मा०, श्वेत जीरा फुल्फलदराज प्रत्येक ६ माशा, कपूर ३ माशा, गोलियां बना लें । मात्रा—१-१ गोली प्रातः दोपहर, सांय उचित अनुपान के साथ दिया करें ।

( ३ ) तवाशीर, छोटी इलायची का दाना, गुलाब के फूल, वनफशा के फूल, वादियान की गिरी, कशनीज की गिरी, कोडकाशनी, सनाय के पत्ते, श्वेत जीरा, नागरमोथा, सत गिलोय, मीठे वादाम की गिरी, प्रत्येक १-१ तोला, मिश्री कूजा बराबर चूर्ण बनावें । मात्रा ६ मा० से ६ माशे तक अर्क गणवजवां के साथ ।

## मलेरिया ज्वर के लिए जादुई सुरमा

योग—चील का अण्डा १ नगा, काला सुरमा १ तो० ।

विधि—अण्डे का थोड़ा सा छिलका काट कर उसके भीतर उसी छिद्र से काला सुरमा भर दें और निकाला हुआ छिलके का टुकड़ा यथा स्थान रखकर बन्द कर दें और उस अण्डे को २१ दिन तक किसी सुरक्षित स्थान में रखें । तत्पश्चात् फिर अण्डे समेत सुरमा को खरल में डालकर सूक्ष्म पीस लें । फिर निम्नांकित औषधियों को अति सूक्ष्म पीसकर सुरमा सा तैयार कर लें :—चीनी २ मा०, छोटी इलायची के बीज १ मा०, कपूर १ रत्ती, तवाशीर १ मा०, घुट जाने पर ऊपर की वस्तुएं मिलाकर फिर सूक्ष्म पीस लें ।

सेवन विधि—तावे या शीशे की सलाई से यह सुर्मा आंखों में लगवाओ ।

लाभ—चाहे कितना भी मलेरिया ज्वर क्यों न हो, इसके प्रयोग से तत्काल उतर जाता है । शतशोनुभूत प्रयोग है बनाकर लाभ उठाएं और परिणाम से सूचित करें ।

कुनैन की समकक्ष बीसियों बूटियों में से केवल चार बूटियाँ

तुलसी—करंजुवा—गिलोय—लौंग बूटी

तथा

उनके मलेरिया नाशक चुने हुए योग



## कुनैन कहाँ गई.....?

इन दिनों मलेरिया का इतना जोर है, कि अधिकांश ग्रान्तों में तो निस्सन्देह प्रत्येक घर अच्छा भला अस्पताल बना हुआ है और फिर कठिनाई यह, कि मलेरिया ज्वरों की एक मात्र अक्सीर कुनैन भी युद्ध कालीन भयङ्कर रातों के अन्धकार में न जाने कहाँ जा छुपी ? इसके लाखों चाहने वाले तड़प २ कर मर जाते हैं, किन्तु प्राणदात्री देवी के दर्शन नहीं होते ।

अस्तु हम उन 'कुनैन' के चाहने वालों की तसल्ली के लिए उसकी समकक्ष सहेलियों ( वूटियों ) को पेश करते हैं । जिनके विषय में सहस्रों कुशल चिकित्सकों व सेवन कर्ताओं का कथन है, कि ये असंख्य चाहने वालों को तड़पता छोड़ कर जाने वाली बेवफा कुनैन से किसी प्रकार कम नहीं है । साथ ही यह कि ये अपने ही देश की रहने वाली हैं और इनसे विदेशी कुनैन जैसी बेवफाई का भी भय नहीं है । ये कठिन से कठिन समय पर भी साथ नहीं छोड़तीं और जब भी आवश्यकता पड़ती है, तत्क्षण आ उपस्थित होती हैं ।

अगर देशवासियों के मस्तिष्क पर गोरे रंग ने ही अधिकार जमा रखा है, और वे सफेद रंग की गुलामी से किसी प्रकार भी स्वतंत्र ही नहीं होना चाहते हैं, तो इनको अनुभवों के पानी से नहला कर सफेद भी बनाया जा सकता है — क्या विदेशी कुनैन की सफेदी में ही कोई विशेषता है और ये देशी सेविकाएं उसका स्थान पाने योग्य नहीं हैं.....? — लेखक

# तुलसी

## तुलसी और मौसमी ज्वर

तुलसी एक प्रसिद्ध वृद्धी है, जिसे हिन्दू लोग पवित्र मानकर मन्दिरों में लगाते हैं और उसकी पूजा करते हैं। उसके पास दीप जलाते हैं, अपितु तुलसी जी का विवाह ठाकुर या सालिगराम जी के साथ खूब धूमधाम से करते हैं। इस पर खूब दिल खोलकर रुपये खर्च करते हैं .....इत्यादि . . . .

इसको क्यों पूजते हैं ? और इसके विवाह पर क्यों रुपये व्यय करते हैं, इससे हमारे विषय का कोई सम्बन्ध नहीं। सक्षेप में इतना ही जानता हूँ कि जो वस्तुएं विशेष लाभदायक और शक्तिप्रद हैं वही पूजी जाती हैं अर्थात् उनकी दृष्टि में कुछ लाभ विशेष या शक्ति विशेष रखने वाली वस्तुएं ही पूज्य हैं। चूंकि तुलसी भी एक ऐसी महान वृद्धी है, जिसे प्राचीन आयुर्वेदाचार्यों ने असंख्य रोगों के लिए रामबाण माना है, अतः यह पौधा भी पूज्य बन गया।

कितना अच्छा होता यदि लोग इनके वजाय उस ईश्वर की ही पूजा करते, जिसने तुलसी जैसी गुण सम्पन्न लाखों वृद्धियां हमारे कल्याणार्थ पैदा की हैं।

यहां हम तुलसी के अन्य लाखों गुण छोड़कर केवल वही उपयोग अंकित करते हैं, जो कि मौसमी ज्वर के दिनों में कुनैन के बजाय इसे सेवन करने से लाभ प्राप्त कराते हैं ।

## मलेरिया ज्वर नाशक तुलसी की चाय

निम्न विधि से यदि तुलसी की चाय बनाकर मलेरिया के दिनों में सेवन कराई जाय, तो ईश्वर कृपा से सेवन कर्त्ता इस दुष्ट रोग से पूर्णतया सुरक्षित रहेंगे ।

**योग**—छाया में सुखाई हुई तुलसी की पत्तियां १ माशा पाव भर पानी में उबाल कर दूध मीठा आदि मिलाकर चायवत् सेवन करें । परम लाभप्रद है ।

## चाय का द्वितीय योग

( जिससे ईश्वर कृपा से तत्क्षण ज्वर उतर जाता है )

शुष्क तुलसीदल १ माशा, काजीमिच ७ नग, गेहूँ का छिलका ६ माशा, नमक १ माशा, यथा विधि पानी में चाय बनाकर उचित परिमाण में दूध व चीनी मिलाकर दो प्यालियां गर्म पी लिया करें ।

**लाभ**—इससे मलेरिया ज्वर ग्रस्त रोगी को पसीना आकर ईश्वर कृपा से तत्क्षण ज्वर उतर जाता है ।

## कथा

सन् १९२० ई० के माह जौलाई में मलेरिया ज्वर में ग्रस्त हो गया था, जिससे लगभग दो माह पीड़ित रहा । इस काल में

शरीर हड्डियों का ढांचामात्र रह गया। किसी चिकित्सा से कोई लाभ ही न होता। अनेक देशी और विदेशी दवाइयां खा डालीं, किन्तु निष्फल। हमारे घर में तुलसी का पौधा लगा हुआ था। मेरे पिता जी ने ७-८ पत्ते उसके और ३ नग काली मिर्च मिश्री मिलाकर घोट छान कर पिलाना प्रारम्भ कर दिया। उसने ऐसा चमत्कार दिखाया कि दूसरी मात्रा से ही ज्वर रुक गया और एक सप्ताह के सेवन से तो जड़मूल से ही दूर हो गया। तत्पश्चात् एक और मलेरिया का रोगी हम से दवा पूछने आया जब हमने उसे तुलसी के ३ पत्ते गुड़ में लपेट कर ज्वरागमन से आध घंटा पूर्व खिला दिए और उसी एक मात्रा से ही ज्वर रुक गया, तो हम दोनों चकित रह गए।

चूंकि इसमें कीटाणु मारने की भी शक्ति है, अतः निम्न रोगों में परम लाभप्रद सिद्ध होती है।

( १ ) मलेरिया और प्लेग के दिनों में इसके पत्तों को ४-५ बार चवाने और सूंधने से सुरक्षा रहती है। इसके तेल की मालिश भी करें।

तेल बनाने की विधि—यह है कि एक पाव सरसों के तेल में एक तोला ताजा पत्ते ढालकर घोटल को धूप में २-३ दिन तक रखें और फिर इस तेल की मालिश शरीर पर करें। इससे पिस्तू और मच्छर पास भी नहीं फटकने।

## कम्पज्वर वटी

**योग**—तुलसीदल और काली मिर्च समपरिमाण खरल करके गोलियां बनालें और बारी से पूर्व १ या २ गोली उचित अनुपान से दें ।

**लाभ**—कम्पज्वर व मलेरिया के लिए लाभप्रद हैं ।

## अवसीर ज्वर

**योग**—तुलसीदल ५ तोला, पारा १ तोला, दोनों को यहां तक खरल करें कि पारा विलुप्त हो जाय । वस अवसीर ज्वर तैयार है ।

**सेवन विधि**—जब ज्वर तेजी से चढ़ रहा हो, रोगी मूर्च्छा जैसी दशा में हो, तो उसके तालू के बाल उतरवाकर इस दवा का लेप करें और फिर चमत्कारी प्रभाव देखें ।

## ज्वरहरण वटी

**द्रव्य तथा विधि**—सत गिलोय, सत चिरायता, सत शाहना, कुनैन, सब औषधियां समपरिमाण लेकर हरे तुलसीदल के रस में खरल करके गोलियां बनालें ।

**सेवन विधि**—एक गोली प्रातः साय उचित अनुपान से दें ।

**लाभ**—हर प्रकार के ज्वर विशेषकर मलेरिया के लिए अति प्रभावक दवा है ।

## अन्य वटी

योग—आर्द्र गिलोय, करजुवा की गिरी, तुलसी की जड़ की छाल, उत्तम निर्वसी, वनफशा के फूलों का गुलकन्द, प्रत्येक १-१ तोला, सब को खरल करके एकजान कर लें और गोलियां बना लें ।

सेवन विधि—ज्वरागमन से पूर्व २ गोली घटे २ अन्तर से दें ।

लाम—ईश्वर कृपा से कुछ ही दिनों में ज्वर जाता रहेगा ।

## मलेरिया अगद

योग—तुलसी के पत्ते, सदाव के पत्ते, नीम के पत्ते, शिगूफा अरंड, सब को समपरिमाण लेकर वारीक करके गोलियां बना लें ।

सेवन विधि—प्रातः दोपहर और साय १-१ गोली पानी के साथ दें । हर प्रकार के ज्वरों विशेषकर मलेरिया के लिए अगद है ।

## अक्सीर सन्निपात

योग—पीपल के हरे पत्ते ५ नग, वेल के हरे पत्ते १५ नग, तुलसी के पत्ते ४५, सब को कुचल कर आध सेर पानी में उवा लें, जब आधा पाव पानी रहे, उतार लें । फिर घटा २ बाद १-१ तोला अर्क पिलाते जाय । समाप्त होने पर पुनः बना लें ।

लाभ—ज्वर, सन्निपात, प्लेग और मलेरिया आदि के लिए परम लाभप्रद है ।

## हर प्रकार के ज्वर की गोलियां

योग—अतीस, छोटी पीपल, देशी घेखजदवार १-२ तोला, करंजुवा की गिरी ३ तोला, सब को तुलसीदल के अर्क में खरल करके मटर के बराबर गोलियां बनालें ।

सेवन विधि—ज्वरागमन से पूर्व १-१ घटा के अन्तर से २-३ गोलियां खिलावें । ईश्वर कृपा से दौरा दूर होगा । मौसमी ज्वर के दिनों में इन्हीं गोलियों में से १ गोली नित्य सेवन कराना ज्वर से सुरक्षित रखता है ।

## अकसीर मौसमी ज्वर

योग—तुलसीदल ६ भाग, बेल के पत्ते २ भाग, पीपल के पत्ते १ भाग, सब पत्तों को पानी में उवालें । जब आधा पानी शेष रहे, तो छान लें । मात्रा—१ तोला नित्य पिलाए ।

लाभ—मौसमी ज्वर का अगद है । परीक्षा करके लाभ उठाए ।

## कम्प-ज्वर नाशक औषधि

योग—हरे तुलसीदल ६ माशा, काली मिर्च ७ नग, दारु फुल्फुल ६ नग, खांड १ तोला, सब को पानी में पीसकर ज्वरागमन से चार घटा पूर्व दें ।

---

## गिलोय

गिलोय वेल की किस्म की एक प्रसिद्ध वूटी है। इसके पत्ते पान के पत्तों के समान होते हैं। इसकी वेल दूसरे पेड़ों पर चढ़ कर बहुत दूर तक चली जाती है। प्रायः बाग के किनारे वाले पेड़ों पर चढ़ती हुई मिलती है।

इस लघु पुस्तिका में विस्तृत विवरण लिखने की आवश्यकता नहीं, क्योंकि 'देहाती जड़ी वूटियों' में पर्याप्त वर्णन है। और यू भी सर्व साधारण इसे भली प्रकार जानते हैं। इसका प्रभाव एक साल बाद नष्ट हो जाता है अतः दवाओं में हरी गिलोय ही ढाली जाती है यदि इसकी छोटी सी टहनी तोड़ कर अपने बाग या किसी गमले में लगा दें, तो अति शीघ्र फैल जाती है। किन्तु ज्वरों के लिए वह विशेष उपयोगी है जो नीम पर चढ़ती है। यहां तक कि इसका अर्क तपेदिक तक के लिए लाभप्रद है।

गुण तथा लाभ—इस वूटी के लाभ अगणित हैं। मनुष्य के असंख्य रोगों का नाश करने में प्रयोग की जाती है, किन्तु यहाँ अन्य सब गुणों को छोड़कर केवल ज्वर के लिए कुछेक योग भेंट किए जाते हैं।



## कथा

### जीर्ण विषमज्वर का अक्सरी योग

सन् ३१ मे वैद्यक एण्ड यूनानी कान्फ्रेंस का इजलास लाहौर में हुआ था जिसमें सरफीरोजखानून, सरगोकुलचन्द्र नारङ्ग आदि भी पधारे थे। उस समय सरगोकुलचन्द्र जी ने देशी दवाओं के गुणों का वर्णन करते हुए कहा था, कि मैं एक बार मलेरिया के चंगुल में ऐसा फसा कि महीनों मुक्त न हो सका। पजाब के योग्य डा० वेलीराम जी ने हर चेष्टा की, किन्तु मलेरिया ने पीछा न छोड़ा।

एक दिन मेरा एक नौकर कहने लगा कि अगर हुजूर मेरी बताई हुई दवा को सेवन करलें, तो मैं आशा करता हूँ कि अति शीघ्र स्वस्थ हो जायगे। अस्तु उसके बताने पर मैंने वह योग सेवन किया और कुछेक दिन मे ही वह ज्वर जो भारत के प्रसिद्ध डाक्टर वेलीराम की चिकित्सा से किसी प्रकार ठीक न हुआ था, एक सार्डस के बताये हुए देशी योग से दुस दवाकर भाग गया।

योग—हरी गिलोय १ तोला, अजवायन देशी ६ मा०, रात को भिगोकर रख दें और प्रात घोट छानकर तनिक नमक मिलाकर पीलें। नित्य यूं ही सेवन करें।

इससे न केवल तत्कालिक लाभ होता है, अपितु मुझे तो आज सालों बीत गई, फिर कभी ज्वर नहीं हुआ।

## सत गिलोय

बाजार में सत गिलोय के नाम से केवल रंगीन मैदा हाथ आता है, यदि सत गिलोय के दिव्य गुणों से लाभान्वित होना चाहते हैं, तो निम्नांकित विधि से स्वयं सत गिलोय बनाकर काम में लावें ।

हरे गिलोय की मोटी २ ताजा लकड़ियां लेकर छोटे २ टुकड़े काट लें और किमी मिट्टी के पात्र में आठ गुने पानी में भिगो दें । २४ घंटे उपरान्त जोर २ से हाथों से मलें । इसी प्रकार तीन दिन प्रातः सायं मलते रहें । तत्पश्चात् लकड़ियों को पानी से निकालकर फेंक दें और जो पानी निथरता जावे, उसे फेंकते जायें । यहां तक कि एक श्वेत २ सी वस्तु शेष रह जायगी । उसे धूप में शुष्क करके पीस छानकर शीशी में सुरक्षित रखलें ।

यही सत गिलोय है, जो कि ब्वरों के बीसियों योगों में प्रमुख द्रव्य के रूप में सम्मिलित होता है । कुछेक चुने हुए उत्तमोत्तम योग नीचे लिखे जाते हैं .—

## चूर्ण गिलोय

योग—सत गिलोय, करंजुवा के बीज की गिरी, काली मिर्च, सुनी हुई फिटकरी, तवाशीर प्रत्येक १-१ तो०, मिश्री एक तोला, कूट छानकर चूर्ण बनाए ।

मात्रा--१ माणा से तीन मा० प्रातः दोपहर और सायं उचित अर्क, शर्वत या केवल पानी से ।

लाभ--मौसमी ज्वर के लिए शर्तिया दवा है ।

## द्वितीय योग

योग--सत गिलोय, तवाशीर, छीटी इलायची का दाना, गौदन्ती हरताल मसम, अभ्रक मसम प्रत्येक तोला २, मिश्री ६ तोले ।

मात्रा--१ मा० प्रातः दोपहर साय ।

## अर्क गिलोय

वाजारी अर्क गिलोय भी किसी काम का नहीं होता । निम्न विधि से स्वयं तैयार करो और लाभ उठाओ ।

योग--२ सेर पक्का हरित गिलोय को कुचल कर २ सेर पक्के पानी में एक दिन रात भिगो रखें और फिर प्रचलित विधि से उसका अर्क खींच लें । मौसमी ज्वर चाहे जीर्ण ही क्यों न हो, उसके लिए परम लाभप्रद है ।

मात्रा--२ तो० से ५ तो० तक प्रातः व साय ।

## अर्क गिलोय

( जोकि जीर्ण से जीर्ण ज्वर व क्षय तक को लाभप्रद है )

यह अर्क प्रत्येक ऋतु में बिना शका के सेवन किया जा सकता है । जो सज्जन एक बार परिश्रम से बनाकर परीक्षा

करेंगे, और किसी दवा का नाम नहीं लेंगे। क्योंकि यह पुराने से पुराने ज्वर और खासी को जड़ से मिटा देता है :—

योग—वनफशा के फूल  $1\frac{1}{4}$  सेर, हरित गिलोय ४ सेर, गावजवां  $\frac{1}{2}$  सेर, चिरायता आधा सेर, शाहत्रा  $\frac{1}{2}$  सेर, सोंफ १ सेर, मुलहठी १ तोला, इन सब को जौ कुट करके तीन भाग करलें और उसमे से १ भाग दवा लेकर सारी रात २० सेर पानी में भिगो रवें। और प्रातः भवके से अर्क खींच लें। इस अर्क में द्रव्यों का दूसरा भाग डालकर इतना पानी और डालें कि कुल पानी पुनः २० सेर हो जाय। फिर पूर्ववत् अर्क खींच लें। इसी प्रकार तीसरी बार अर्क खींच कर दोतलों में भर लें। अर्क तैयार है।

मात्रा—२॥ तो०, दिन में तीन चार बार पिलाए।

लाभ—कुछ दिनों में ही हर प्रकार का ज्वर, खासी, प्रति-  
श्याय और प्यास आदि दूर हो जाते हैं। नैत्यिक व तृतीयक  
ज्वरों को विशेष लाभप्रद है। चढ़े हुए या उतरे हुए ज्वर में एक  
ही औषधि है।

## चूर्ण गिलोय का तीसरा योग

### शान्ति

योग—सत गिलोय, तवाशीर, छोटी इलायची, गुलखेरा,  
वनफशा के फूल, नीलोफर के फूल, गावजवा के फूल, अरमनी  
के फूल, शाहत्रा, रव्वे उल्सूस, बादिर्यान, कशनीज, गौदन्ती

भस्म, काकडासिंघी, नीम की छाल प्रत्येक एक-एक तो०, कूल डीछा की गिरी, जदवार, जहरमोहरे की भस्म, मस्तगी रुमी, ससग अर्वी, कतीरा, लाल सन्दल, प्रत्येक ६ मा०, श्वेत अभ्रक भस्म तीन मा०, मिथ्री समपरिमाण, चूर्ण बनाए ।

लाभ—हर प्रकार के ज्वर के लिए यह एक प्रशसित औषधि है । इसका नाम शान्ति है ।

मात्रा—तीन २ मा० प्रात दोपहर व शाम उचित औषधियों के साथ सेवन करें ।

## जीर्णज्वर नाशक अद्भुत योग

हरित गिलोय २ तो०, अजवायन देशी ६ मा०, नमक खुर्दनी १२ मा०, तीनों वस्तुओं को किसी मिट्टी के कूड़े में डेढ़ पाव पक्का पानी डालकर भिगो दें और उस सकोरे को दिन भर सूरज की गर्मी में पड़ा रहने दें । और रात को ओस में पड़ा रहने दें । प्रात ठंडाईवत् घोंट छानकर रोगी को पिलाए । एक सप्ताह के निरन्तर सेवन से पुराने से पुराना ज्वर भी जड़ से चला जाता है ।

---

## करंजुवा

करंजुवा एक वेलनुमा पौधा है, जिसे बागवान अपने बाग के चारों ओर लगा कर काटेदार तार का काम लेते हैं। इसके पत्ते अनार के पत्ता की भांति बिना नोंक और अर्ज में अधिक होते हैं। इसकी शाखों में दोधारा पत्तियाँ ६ से १० तक पाई जाती हैं। इसकी फली का गिलाफ आम की भांति किन्तु काटेदार होता है, जिसमें से २-३ मोटे २ बीज निकलते हैं। शुष्क होने पर यदि उनको हिलाया जाय, तो उनकी गिरियों के हिलने की आवाज स्पष्ट सुनाई देती है।

प्रकृति तथा महत्व—हकीमों ने इसे तीसरी श्रेणी का गर्म व शुष्क लिखा है।

नाम—करंजुवा, हेचुका, अक्तमक्त आदि।

लाभ—अर्शनाशक, उदरकृमिनाशक, बाजीकरण दोषों को दूर करने वाला है। किन्तु हम यहाँ उन सब गुणों को छोड़कर केवल मलेरिया नाशक विशेष योग लिखते हैं। वैद्यों का कथन है कि करंजुवा यथार्थतः कुनैन का प्रतिनिधि है।

युद्ध काल में कुनैन दुष्प्राप्य ही नहीं, अप्राप्य है, किन्तु इसका प्रतिनिधि करंजुवा प्रचुरता से प्राप्य है और इतना सस्ता है कि कुछ आने सेर के भाव से हर स्थान पर मिल सकता है।

## करंजुवा की गोलियां

( जो कि सहस्रों हकीमों की प्रशंसित व अनुभूत है )

योग—करंजुवा की गिरी २ तोला, फलफूलदराज २ तोला कीकर पत्र १ तोला, श्वेत जीरा १ तोला, अर्क गुलाब या केवल सादा पानी में पीसकर चने बराबर गोलियां बनालें। मात्रा १ गोली प्रातः दोपहर व सायंकाल ताजा जल से।

## करंजुवा चूर्ण

योग—गेरु २ तोला, नौशादर २ तोला, करंजुवा की गिरी १ तोला कूट छान कर रखे और आवश्यकता के समय २ रत्ती से ४ रत्ती तक चाय या अर्क गिलोय या पानी से दें। यदि ज्वर से पूर्व दिया जाय, तो ज्वर रुक जाता है और चढे ज्वर में देने से पसीना लाकर ज्वर उतार देता है।

## कुनैन का प्रतिनिधि—करंजुवा चूर्ण

( जिसकी प्रशंसा डा० असारु ने भी की थी )

मलेरिया के लिए उत्तम दवा है, इसके सेवन से मलेरिया के कीटाणु नष्ट हो जाते हैं। चूंकि मलेरिया ज्वर ससार के हर भाग में होता है, अतः यह प्रचुर मात्रा में प्रयुक्त है। चिरकाल से इसकी खोज थी, कि कोई दवा इसके प्रतिनिधि रूप में मिले। इस सम्बन्ध में काफी रिसर्च की गई। प्राचीन चिकित्सक इसके लिए करंजुवा का प्रयोग करते थे। इसका सत्व और तेल प्राप्त

किया गया और उसे रोगियों पर अनुभव किया गया। दीर्घ-काल के अनुभवोपरान्त यह प्रमाणित हो गया कि मलेरिया और वारी के त्वरों में यह परम लाभप्रद है। अब यह असंख्य अंग्रेजी दवाओं में विविध रूपों में विक्रय हो रहा है। मलेरिया में विरेचन के पश्चात् इसके सेवन से अतिशीघ्र लाभ होता है सर्वोत्तम योग नीचे अंकित है, जिसकी प्रशंसा डाक्टर अंसारू ने भी की है.—

द्रव्य तथा विधि—करजुवा के बीज ५ रत्ती, फुल्फलदराज २ रत्ती, दोनों का चूर्ण बनालें।

मात्रा व सेवन विधि—यह एक मात्रा है, पानी से फांक लें।  
लाभ—मलेरिया के लिए विशेष औषधि है।

---



## लौंग वूटी

मौसमी ज्वरों में अकसीरी प्रभाव दिखाने वाली

आश्चर्योत्पादक वूटी

हमारा प्रान्त तो नितान्त वजड़ प्रान्त है, लौंग वूटी हमारे यहां अत्यल्प प्राप्त है। हा निकटवर्ती रियासत पटियाला के नहरी क्षेत्रों में यह वूटी ठीक मलेरिया के मौसम में खोजने वालों को मिल जाती है।

जिन दिनों में मौजा मीरपुर जिला पटियाला में जड़ी वूटियों की पुस्तक के लिए चित्रों के डिजाइन बनवा रहा था, उन दिनों मौसमी ज्वर का बहुत प्रकोप था। मेरे पास जो भी मलेरिया के रोगी आते थे, मैं यही वूटी घोटकर पिलाने को दे देता था। ईश्वर की कृपा से एक दो मात्राओं में ही ज्वर दूर हो जाता।

मैं चाहता हूँ कि आश्चर्यजनक लाभप्रद वूटी का अनुभव थड़े पैमाने पर किया जाय और फिर इसका सत, मिक्शचर और शर्वत तैयार करके यथा सम्भव सारे औषधालयों में इसका प्रबन्ध किया जाय। अस्तु नीचे इसका हुलिया अंकित किया जाता है, ताकि पाठकों को पहिचान करने में कठिनाई न हो। आव-

श्यकता थी कि इसकी रंगीन तस्वीर छाप कर पाठकों को सुविधा पहुँचाई जाय किन्तु जमाने का दौर देखते हुए हमारे सामने बड़ी कठिनाइयाँ हैं ।

लौंग वूटी का हुलिया—पौधे की लम्बाई एक हाथ से लेकर गज भर तक देखा गया है । पीले रंग के फूल शाखों के सिरे पर लगते हैं । जिनकी पत्तियाँ परस्पर भली प्रकार मिली हुई नहीं होतीं । फूल और पत्ती की शकल सूरजमुखी से मिलती जुलती है किन्तु उससे बहुत छोटा होता है । स्वाद कड़वा होता है । प्रायः नहरों के किनारे २ या खेतों की मेंड पर उगती है ।

नाम—हमारे प्रान्त में इसे लौंग वूटी कहते हैं । यह नाम इसलिए रखा गया, क्योंकि इसके फूल की वनावट स्त्रियों के आभूषण 'लौंग' से मिलती जुलती है । पटियाला और अम्बाला के क्षेत्रों में इसे हल्दा घास कहते हैं, क्योंकि इसके फूल हल्दी के रंग के होते हैं ।

यही रुम वूटी है जिसे कुनैन का प्रतिनिधि बताकर इरत-हारों द्वारा प्रचुर मात्रा में बेचा जाता रहा है जैसा कि चिकित्सा सम्बन्धी पुरानी फाइलें देखने से ज्ञात हुआ है । इसी हुलिया और इन्हीं गुणों वाली वूटी को उन्होंने रुम वूटी नाम दिया है, आगे ईश्वर ही जाने ।

सेवन विधि—कुनैन की माति बारी आने से पूर्व २ माशे से ४ माशे तक ५-६ काली मिर्चों के साथ घोट छानकर घटा २ के अन्तर से दो बार दें । या पानी में उबाल कर पिलाए ।

लाम—अब तक अनुभवों से तो यही प्रगट हुआ है कि कुनैन से किसी प्रकार कम नहीं और यह भी कि कुनैन की भांति खुश्की नहीं करती । इसके सेवन करने वाले को कानों में शायं शायं नहीं प्रतीत होती । हां अधिक सेवन कर लेने से कुछेक दस्त आ जाते हैं । कई औपधालयों ने तो कुनैन को बिल्कुल छोड़कर उसके स्थान पर इसी को अपना लिया है ।

हम भी इस वूटी को इकट्ठा करने का प्रयास कर रहे हैं । पाठकाण स्वयं खोजें और पूर्ण विश्वास के लिए दो पत्ते लिफाफे में डालकर साथ में जवाबी टिकिट रखकर 'देहाती फार्मसी मु० पो० कासन जिला गुडगांवां' से पृष्ठ लें । साथ ही अनुभव और उसके परिणामों से फार्मसी को सूचित भी करें । ताकि पूरी तसल्ली हो जाने के बाद उसके सत् आदि का प्रबन्ध किया जाय ।

---

कुनैन का—समकक्ष—या प्रतिनिधि

## देशी औषधियां

इन दिनों मलेरिया ज्वर का प्रकोप हो रहा है, कुनैन का भाव इतना अधिक बढ़ गया है कि गरीब वल्कि मध्यम श्रेणी के लोग भी उसका सेवन सरलता से नहीं कर सकते ।

इसके अतिरिक्त कुनैन में कुछ दोष भी हैं, अस्तु आवश्यकता है कि उसकी समकक्ष अन्य औषधियों का अनुभव करके उन्हें संसार में फैलाया जाय । ताकि गरीब और मध्यम वर्ग के लोग उनसे लाभ उठा सकें । मैं इस बात को मानने के लिए कदापि तैयार नहीं कि ईश्वर ने मलेरिया नाशक सारे गुण कुनैन में ही छुपा दिए हैं और उसके अतिरिक्त संसार भर में कोई वस्तु उसकी समता नहीं कर सकती ।

अस्तु प्रथम बार मैं इसी प्रकार की औषधिया पेश करता हूँ, जिन्हें अनुभवी हकीमों वेदों ने कुनैन के समकक्ष या उसके लगभग गुणों से सम्पन्न बताया है । सहस्रों पाठकगण स्वयं इनका पूर्ण अनुभव करके परिणाम से हमारी फार्मसी को भी सूचित करें ।

## ‘देशी कुनैन’

( जिसका स्वाद फीका है )

लीजिए साहब ! हम अपने हृदय का टुकड़ा भी भेंट करने लगे हैं। यह वही वस्तु है जिसका हमने बड़ी धूम-धाम से विज्ञापन कर रखा है। सम्भवतः वे लोग, जो इस रहस्यमय योग को हथियाने के लिए लालायित थे, आज इसे ईश्वरीय कृपा समझेंगे। ससार की अनित्यता का ध्यान करके आज इसे भी प्रकट किए देता हूँ। चूँकि हमने इसको विज्ञापनी रंग दे रखा है, अतः हम इसको मीठा कर लेते हैं और वैज्ञानिक रीति से बनाते हैं। यहां साधारण विधि लिखी जाती है, जिसको सर्व साधारण भी तैयार कर सकें।

धतूरे का फल सेर भर कूटकर लुगदी बनावे और एक हांडी में आधी लुगदी विछाकर हरताल गौदन्ती के टुकड़े २० तोले मध्य में रखकर कपरोटी करें और २५ सेर उपलों की आग दें। हरताल श्वेत धवल निकलेगी।

लाभ--सुन्दरता में कुनैन से बढ़कर है, ज्वरागमन से २ घंटे पूर्व २ रत्ती से ३ रत्ती तक की पुडिया और फिर घंटा पूर्व एक और पुडिया पानी से दें। यह विस्मयकारक दवा है।

## कुनैन की प्रतिनिधि

अतीस को थोड़ी देर पानी में भिगोकर ऊपर का छिलका उतार दें। और उसको अति सूक्ष्म पीसकर शीशी में सुरक्षित

रखे। यह भी मलेरिया ज्वर के लिए कुनैन के बराबर बरन् उससे भी अधिक प्रभावक है। आवश्यकता के समय चारी से एक घटा पूर्व १ माशा की मात्रा पहिले दो घटे फिर एक २ घटे के अन्तर से दो बार पानी के साथ दें। ईश्वर कृपा से प्रथम दिवस ही ज्वर दूर होगा।

## सुलेमानी दवाखाना की आश्चर्यजनक आविष्कार 'सहूलती'

(जो कि सुन्दरता और लाभ दोनों में कुनैन के बराबर है)

यह एक विशेष देशी आविष्कार है, जो कि रग और मार में तो अंग्रेजी कुनैन जैसी ही है, किन्तु लाभ और सस्तेपन में उससे कई गुना बढ़कर है। मात्रा भी बहुत कम है और सबसे बड़ी विशेषता यह है कि खुश्की बिल्कुल नहीं करती। यही कारण है कि पानी से खाई जाती है और एक ही दिन में अपना प्रभाव दिखाती है। हर प्रकार के ज्वरों, विशेष कर मलेरिया के लिए अक्सर है। हमने वर्षों इसका विज्ञापन करके आज पाठकों को भेंट करदी है, देखें क्या कदर होती है।

योग--उत्कृष्ट प्रकार की गौदन्ती हरताल लेकर उसको गौदुग्ध में तर करें, और प्रतिदिन नया दूध बदल दिया करें। इसी प्रकार सात दिन तक दूध बदलते रहें। तत्पश्चात् निकाल कर दहकते हुए कोयलों की आग पर रख दें और ठंडा होने पर फूले हुए टुकड़े निकाल लें और फिर उन्हें खरल में ढालकर

प्रति ५ तोले के अन्दर ४ रत्ती सोमल भस्म मिलाकर खूब खरल करें और आवश्यकतानुसार सैक्रीन मिलाकर शीशियों में भरले । मात्रा—२ रत्ती से ४ रत्ती तक दिन में तीन बार । ईश्वर कृपा से चढ़े हुए ज्वर को उतारती है और उतरे हुए को पुनः चढ़ने से रोक देती है ।

नोट—सोमल ( सखिया ) की भस्म आवश्यक नहीं । श्वेत सखिया को एक दिन तक अर्क गुलाब या केवडा में भली भांति अन्तरखरल किया जाय, और उपरोक्त योग में प्रयोग करें तो लाभ में नहीं पड़ता । सैक्रीन केवल मीठा करने के लिए मिलाई जाती है । यदि मीठी न करना चाहें तो सैक्रीन का मिलाना आवश्यक नहीं । सैक्रीन आवश्यकतानुसार ही मिलाए । अनुभव करके मात्रा स्वयं अनुमान करें ।

कुनैन की समता करने वाली

‘देशी व सस्ती दवा’

कुनैन मलेरिया ज्वर के लिए अक्सीर मानी जाती है । किन्तु सर्व साधारण के लिए एक तो बहुत महंगी है, दूसरे बहुत खुश्क होती है । इसलिए इसके साथ दूध पीना आवश्यक होता है । वरना कान वहरे हो जाते हैं । अतः पाठकों की सेवा में हम एक ऐसा योग भेंट करते हैं जिसमें कुनैन सम्मिलित नहीं लेकिन लाभ में उसके ही समान है । वरन् उससे भी बढ़कर मात्रा और स्वाद भी बिल्कुल कुनैन जैसा ही है । आनन्द यह कि बिल्कुल सस्ती और सर्वत्र प्राप्य है । कोई लम्बा चौड़ा योग

नहीं चरन् एक मात्र वृद्धी है, जो कि किसी पसारी से लेकर कुछ मिनटों में ही जितनी चाहें, तैयार हो सकती है और मलेरिया की प्रत्येक दशा में दी जा सकती है। अस्तु चढ़े हुए ज्वर को उतारती है, और उतरे हुए को चढ़ने से रोकती है। मलेरिया के कीटाणुओं को मार देती है, यकृत को पुष्ट करती है। हमारे अनुभव में इससे बढ़कर लाभप्रद अन्य कोई दवा सिद्ध नहीं हुई।

लीजिए, मैं आपको अधिक प्रतीक्षा में नहीं रखना चाहता। बताए देता हूँ कि वह अद्भुत वस्तु कुटकी या कूड है। यद्यपि आपको आश्चर्य होगा, कि यह सामान्य सी वस्तु क्योंकि इतनी लाभप्रद हो सकती है, किन्तु आपका आश्चर्य उस समय दूर हो जायगा जब आप इसका अनुभव रोगियों पर करेंगे। यदि कुनैन से बढ़कर प्रमाणित न हो, तो मेरा जिम्मा।

सेवन विधि--ज्वर चढ़ने से आध घंटा पूर्व ४ रत्ती दवा खांड या वताशा में डालकर खिलाए। सर्दी कदापि प्रतीत न होगी। ज्वर प्रथम तो रुक जायगा, अन्यथा पहिली भी तीव्रता न होगी। ज्वर की दशा में गर्म पानी या चाय के देने से पसीना लाकर ज्वर उतार देती है।

वादी के ज्वर के लिए तीन पुडियां ज्वर चढ़ने से पूर्व समाप्त कर दें। परमात्मा ने चाहा, तो ज्वर कदापि न चढ़ेगा किन्तु सुरक्षार्थ दो चार दिन सेवन करते रहे, ताकि ज्वर का पुनरागमन न हो। हमारी फार्मेसी का यह चलता हुआ योग है। समझदार व्यक्ति लाभ उठावे।



नोट—कुटकी एक प्रकार की लकड़ियां हैं, जिनकी रगत काली श्वेतता लिए हुए होती है। कुटकी का स्वाद अति कड़वा, प्रकृति तीसरी श्रेणी की गर्म व खुश्क है। आमाशय पौष्टिक, उदर कृमिनाशक व रेचक है अत आमाशय की दुर्बलता और कोष्ठवद्धता को दूर करके पुष्ट करती है। जीण ज्वरों में जब कि यकृत भी रोगग्रस्त हो जाता है और परिणामस्वरूप हाथ पांवों में शोथ आ जाता है तो इसका चूर्ण सेवन कराया जाता है। गर्मी के ज्वरों में भी नीम के छिलके के साथ उबालकर पिलाते हैं।

मात्रा—५ रत्ती से १० रत्ती तक। ज्वरों में २ माशा तक।

## वारी रोक चुटकी

धतूरे का फल आवश्यकतानुसार लेकर मिट्टी के कोरे कूँजे में डाल कर मुँह बन्द कर दें और आग में जला लें। तदनन्तर निकाल कर पीसकर शीशी में सुरक्षित रखें।

मात्रा—२ रत्ती से १ माशा तक सेवन कराएँ। यह दवा कुनैन से उत्तम सिद्ध हुई है।

## आनन्दप्रद औषधि

शीशा नमक १ तोला, अजवायन देशी ३ तोला, कूट छानकर सुरक्षित रखें और मलेरिया के रोगी को १-१ माशा प्रातः दोपहर व सायं दिया करें। कुनैन का प्रतिनिधि है।

## तुलसी चूर्ण

शुष्क तुलसीदल १ तोला, काली मिर्च का चूर्ण १ तोला, खाने का सोडा ५ तोला, समस्त औषधियों को मिला कर रख लें ।

मात्रा—१ माशा चढ़े हुए या उतरे हुए ज्वर में दें । हर दशा में लाभ पहुँचाती है ।

वारी ज्वरों के लिए कुनैन से बढ़कर प्रभावक गोलियां

## शिंगरफी तुलसी वटिका

(जो कि एक रुपया प्रति गोली के भाव से प्रचुरता से विकती थी)

एक प्रसिद्ध हकीम जी इस एक गोली का मूल्य एक रुपया लेते थे और कमाल यह था कि एक ही गोली से ज्वर दुम दबा कर भाग जाता था । तृतीयक, चौथिया, नैत्यिक सब के लिए समान रूप से उपयोगी थी । सेवक ने इसे प्राप्त करके अपनी फार्मसी के अगणित रोगियों पर परीक्षा की । ईश्वर कृपा से परम लाभप्रद सिद्ध हुई । यद्यपि ऐसे चमत्कारी योग बताना लोग पाप समझते हैं, किन्तु ईश्वर कृपा से मैं अपने को इस सकीर्णता के प्रभाव से बचाए हुए हूँ ।

योग—शिंगरफ रुमी १ तोला को खरल में डालकर पीसें और उसमें १ काली मिर्च डालकर पीसें और फिर एक पत्ता तुलसी का सम्मिलित करके पीसें । इसी प्रकार वारी २ से काली मिर्च और तुलसी का पत्ता डाल कर खरल करते रहें, यहां तक कि ३०० काली मिर्चें और इतने ही तुलसीदल पिस जाय । फिर छोटी २ गोलियां बनालें और सूखने पर शीशी में रखें ।

सेवन विधि व लाभ—ज्वर चाहे तीसरे दिन का हो, याकि चौथे दिन का या प्रति दिन का । ज्वरागमन से एक घंटा पूर्व बेरी के दो पत्तों में लपेटकर खिलावे । आशा है, कि उसी दिन ज्वर न होगा अन्यथा दूसरे दिन पुनः दे ।

## सिनकोना का प्रतिनिधि

अनुभव सिद्ध है कि सिनकोना वारी ज्वरों और शूलों के लिए अक्सीरी प्रभावक वस्तु है । चू कि सिनकोना विलायती चीज है, अस्तु यहां हम एक देशी योग लिखते हैं, जो हर प्रकार से सिनकोना का उत्तम प्रतिनिधि सिद्ध हुआ है ।

योग—शुद्ध रसौत २ तोला, मदार का दूध १ तोला, मिला कर हवन दमते के अन्दर खूब कूटें । जब नितान्त शुष्क हो जाय, तो फिर बारीक पीसकर शीशी में सुरक्षित रखें । चूर्णवत्, बटी वत् अथवा भिक्शचर के रूप में, जैसे चाहे, सेवन करें ।

लाभ—इसके लाभ न केवल सिनकोना के बराबर, अपितु कभी २ उससे भी बढ़ चढ़कर सिद्ध होते हैं और विशेषता यह है कि सिनकोना की भांति इसमें कोई हानिकर प्रभाव नहीं है । इसके अनुभवोपरान्त आप सिनकोना का नाम भी न लेंगे ।

## बादाम के गुण तथा उपयोग

हमारी गुण तथा उपयोग मीरीज का एक पुष्प है, जिसमें बादाम के पूरे लाभ, उससे बनने वाले पौष्टिक हलुवे, पाक, शर्वत और तेल आदि की विधियां भी लिख दी गई हैं । ज ही मंगाकर लाभ उठावें ।

# एन्टीफेब्रीन—और—फिनैस्टीन

की

## प्रतिनिधि—देशी—औषधियाँ

सामान्यतः अंग्रेजी पढ़े लिखे वाचू लोगों की यह धारणा है, कि जिस प्रकार अंग्रेजी दवाएं शीघ्र प्रभावक होती हैं उस प्रकार देशी दवाओं का प्रभाव शीघ्र प्रकट नहीं होता। यथा एन्टीफेब्रीन और फिनैस्टीन ऐसी दवाएं हैं, जिनके खाते ही पसीना जारी होकर धीरे-धीरे उतर जाता है किन्तु उन लोगों को यह ज्ञात नहीं कि देशी दवाओं में भी ऐसी अनेक वस्तुएं हैं, जो तत्काल पसीना लाकर धीरे-धीरे उतार देती हैं और फिर विशेषता यह है कि अंग्रेजी दवाओं की भांति हृदय को दुर्बल भी नहीं करती।

साथ ही इस युद्ध काल में प्रथम तो अंग्रेजी दवाएं अप्राप्य हो चुकी हैं या मिलती हैं तो इतने ऊँचे दामों पर कि कम से कम हमारे देश का गरीब वर्ग तो उनसे लाभ उठाने से पूर्णव्यापक वंचित है। अतः आगामी पृष्ठों पर एन्टीफेब्रीन और फिनैस्टीन की समकक्ष प्रभावक देशी औषधियों का वर्णन किया जा रहा है।

पाठकगण अनुभव करके परिणाम से सूचित करें।

## हरताल-भस्म

जो कि फिर्जस्टीन की समता है, जिसमें पसीना आकर खर तत्काल उतर जाता है ।

यह हरताल भस्म न केवल खर के लिए मानवार्थ औरधि है, अपितु खांसी आदि अनेक रोगों की भी अवसीर है ।

द्रव्य—गौदन्ती हरताल ८ तोला, देशी अजवायन ५ तोला, नीमादर ८ तोला, फिटकरी १ ताला, चींगार का गूदा ४ सेर मिट्टी की छाही १ नग. उपले १६ सेर ।

विधि—हांटी में पहिले २ सेर पक्का चींगार का गूदा डालें । और फिर उन पर आधी अजवायन बिछा दें और फिर नीमादर व फिटकरी की दुकडिया बनाकर रगें । और फिर गौदन्ती हरताल के दुकड़े रगड़कर ऊपर जोष अजवायन छालकर चींगार का गूदा डालें और हांटी के मुंह को मिट्टी से कपरोटी करके भूमि के अन्दर गढ़ा गोदकर १-१६ सेर उपलों की आग दें । हरताल के दुकड़े धवल ध्वेत और फूले हुए प्राप्त होने । चारोंस पीसकर शीशी में सुरक्षित रखें और आवश्यकता के समय निम्न विधि से काम में लाएं । परम लाभप्रद और तत्क्षण प्रभावक योग है ।

सेवन विधि—मात्रा १ रत्ती से २ रत्ती तक अर्क सॉफ या पोदीना के साथ दें । हर प्रकार के खर व खांसी के लिए परम लाभप्रद है ।

## भस्म सेलखड़ी वर्किया

सेलखड़ी आवश्यकतानुसार लेकर गौदुग्ध में अति सूक्ष्म पीस कर २-२ तोले के गोले बनाकर शुष्क करलें और १० सेर उपलों में आग देवें। मात्रा २ माशा २-२ घटे के बाद उचित शर्बत के साथ। ईठवरेच्छया एक ही दिन में ड़वर दूर हो जायगा।

## स्वादिष्ट चटनी का योग

बड़ी दाख २ तोले में से बीज निकाल लें और उन बीजों की सख्या के बराबर उनमें काली मिर्च डाल कर खूब घोटें। भली प्रकार घुट जाने पर उसमें पाव भर पानी डाल कर मन्द २ आंच पर पकाए। जब सारा पानी जलकर गाढ़ा सा कवाम हो जाय, तो उतार कर नजला जुकाम और सिर पीड़ा के रोगी को समोष्ण ही चटाए और रोगी को आदेश कर दें कि वह अपने सारे शरीर पर लिहाफ ओढ़ कर दवा को चाटे। बस थाड़ी देर में ही पसीना जारी होकर प्रतिष्ठाय वा सिर पीड़ा से मुक्ति मिल जायगी। किन्तु ठण्डी हवा और ठंडे पानी से बचाव रखें।

## तत्क्षण प्रस्वेदक अन्य योग

एन्टीफेब्रीन और फिनास्टीन यद्यपि पसीना लाकर ड़वर उतार देने में अति प्रभावक है, किन्तु इनमें एक बड़ा भारी दोष है, जिसे आज तक दूर नहीं किया जा सका वह यह कि

इनके सेवन से हृदय दुर्बल हो जाता है। किन्तु निम्न प्रयोग से न हृदय दुर्बल होता है और न किसी अन्य हानि की ही शंका है, अपितु हृदय को शक्ति देता है। और फिर विशेषता यह, कि ज्वर तत्काल उतर जाता है। बनाए और परीक्षा करें। सम्भव है कि सौंफ से किसी प्रकार का सत्व लेकर हमारे घेंघ भी काम लेने लगे। वरन् मे तो राय दूंगा कि वे अवश्य ऐसा करें। क्योंकि यह आविष्कार एक उत्तमोत्तम और हानि रहित अक्सीर होगा।

यांग—२ तोला सौंफ को लोहे के तवे पर डालकर तनिक भून सा लें, और गरम २ को ही लेकर १ तोला मिश्री मिलाकर कूड़े में डालकर कूट लें और फौरन रोगी को गर्मा गर्म ही खिलाकर ऊपर से गर्म पानी पिला दें। साथ ही रोगी को उपरोक्त दवा खिलाकर आदेश कर दें कि वह रुपड़ा ओढ़ कर लेट जाय वम थोड़ी देर में ही पसीना जारी होकर ज्वर उतर जायगा।

## भस्म शोरा व नौशादर

( जिससे आध घण्टे में पसीना आकर व पेशाव आकर ज्वर उतर जाता है )

‘दौलत कमाने की कल’ नामक प्रसिद्ध पुस्तक में लेखक महोदय ने लिखा है.—कि मैं और एक मेरा दोस्त गुले चकावली बाग की सैर को जा रहे थे, कि मार्ग में हमारे साथी को अति तीव्र ज्वर हो गया। मैंने उसको बाग में लिटा दिया। सोच

में था, कि क्या किया जाय ? इतने में वहाँ एक साधू आ निकले उन्होंने मुझे चिन्ताग्रस्त बैठा देखकर मुझसे पूछने लगे—बाबा ! इसको क्या हो गया है ? मैंने बताया साईं जी, इसे बहुत तेज बुखार हो गया है । जिससे यह बेहोश हो गया है । यह सुनकर साधु महाराज वहीं बैठकर हमारे साथी को देखने लगे, और देखकर कहा कोई चिन्ता की बात नहीं । ईश्वर ने चाहा तो अभी ज्वर उतर जायगा । फिर उन्होंने अपने पास से २ रत्ती दवा निकाल कर खिलाई । दवा देने के आध घंटे बाद ज्वर उतर गया । मैंने साईं जी से बड़ी नम्रता से दवा के बारे में पूछा, तो वे बताने में टालमटोल करने लगे और जाने को तैयार हुए । मैंने बड़ी कठिनाई से उन्हें बिठाया और उन्हें आठ रुपए दिए । तब कहीं जाकर उन्होंने बताया । आज मे कई साल से इसे सैकड़ों रोगियों पर वरत रहा हूँ, वह योग कभी नहीं चूका ।

योग—नौशादर १ तोला, कलमी शोरा १ तोला, आक का दूध ४ तोला ।

निर्माण विधि—नौशादर और कलमी शोरा को किसी लोहे की कड़छी में डालकर कोयलों की तेज आग पर रखकर उसमें थोड़ा २ आक का दूध डालकर लोहे की सींक से हिलाते जावे जब दवा से धुवां निकलने लगे, और किनारे काले पडने लगें, तो फिर और दूध डाल कर हिलाओ । साराश यह कि इसी प्रकार सारा दूध शोण्ण कर दें । जब धुवा अधिक उठने लगे, तो कड़छे को उतार लो और जब धुवां उठना बन्द हो जाय फिर



आग पर रख दो। २-४ बार ऐसा करने से सारा दूध शोष्ण होकर शुष्क हो जायगा। ठंडा करके शीशी में सुरक्षित रखें।

मात्रा--२ रत्ती लगभग ३ माशा खांड में गिलाकर गर्म पानी के दो घूंट के साथ दें।

## देशी ऐस्प्रीन

जिससे अत्यल्प काल में मिर पीडा वज्र दूर हो जाता है।

योग--गौदन्ती हरताल भस्म १० तोला (जो कि आक के दूध में तैयार की गई हो) कलमी शोरा २ तोला, लोभान का सत्व १ तोला।

मात्रा--४ रत्ती से १ माशा तक ऐस्प्रीन और फिनिस्टीन के समकक्ष औषधि है।

नोट--इसी प्रकार के दूसरे योग इसी पुस्तक में आगे दिए गए हैं। वहां देखें।

लाखों बार के अनुभूत-मलोरया नाशक

## आयुर्वेदिक योग

### ज्वरघ्नी गुटिका

द्रव्य तथा विधि—शुद्ध पारा १ तोला, मुसवर, फुल्फुल दराज पोस्त हलीला जर्द, अकरकरहा, सिरों के तेल में शुद्ध गंधक आमला सार, तुल्ल खजुल प्रत्येक ४-४ तोला यथा विधि समस्त औषधियों को मिलाकर इन्द्रायण के फलों के रस में खरल करके ४-४ रत्ती की गोलियां बनालें। यदि किसी कारण वश इन्द्रायण के ताजा फल प्राप्त न हो सकें तो ५ छटाक इन्द्रायण के बीज सवा सेर पानी में मन्द २ आंच पर पकावें। जब चतुर्थांश शेष रह जाय, तो उसे छानकर समाल लें और उपरोक्त औषधियों को इसी क्वाथ से खूब खरल करें। जब सारा क्वाथ उसमें शोष्ण हो जाय, तो फिर ४-४ रत्ती की गोलियां बनालें।

मात्रा व सेवन विधि—प्रातः साय २-२ गोलिया अर्क गिलोय, अदरक के रस या गुनगुने पानी के साथ दें।

लाम—शार्ङ्गधर, रस प्रकाश, सुन्दर, रस काम घेनु रस राजसुन्दर योग रत्नाकर और बृहद् निघटु रत्नाकर में लिखा है, कि इसके सेवन से हर प्रकार के मौसमी ज्वर दूर हो जाते हैं।

विशेष गुण--जब मलेरिया ज्वर आदि के साथ कोष्ठ-वृद्धता हो, तो इसके सेवन से कोष्ठवृद्धता दूर होकर चढ़ा हुआ ज्वर तत्काल उतर जाता है। ज्वर से पूर्व देने से ज्वर रुक भी जाता है। यदि मलेरिया के कारण रोगी के यकृत व प्लीहा बृद्ध गण हों, और थोड़ा २ ज्वर रहता हो, तो इसके सेवन से परम सन्तोष जनक लाभ प्राप्त होता है।

## त्रिभुवन कीर्ति रस

द्रव्य तथा विधि--शिंगरफ शुद्ध, वच्छनाग मुञ्जविर, फुल्फल गिर्द, फुल्फल दराज, जजवील, सुहागा मुना हुआ, पीपलामूल, सब द्रव्यों का उचित परिमाण में लेकर विधिवत एक जान करके तुलसी का रस, अदरक का रस, धतूरे के पत्तों का रस की तीन-तीन भावनाएँ देकर १-१ रत्ती की गोलियाँ बनालें।

मात्राव सेवन विधि--१-१ गोली अदरक के रस या तुलसी के रस अथवा सादा पानी से ३-४ घटे के अन्तर से दिया करें। यह पूरी मात्रा है। बच्चों को सारे दिन में केवल १ रत्ती दें।

लाभ--योग रत्नाकर में लिखा है कि इसके सेवन से तेरह प्रकार से सन्निपात ज्वर तथा अन्य हर प्रकार के ज्वर दूर हो जाते हैं।

विशेष लाभ--यह रस प्रत्येक ज्वर में तथा प्रत्येक अवस्था में प्रयुक्त व लाभप्रद है। किसी भी ज्वर में जबकि ज्वर अति

तीव्र हो, तो इसके देने से पसीना आकर कम हो जाता है और रोगी की घबराहट, बेचैनी, जोड़ों की पीड़ा दूर होकर ज्वर दूर हो जाता है। वशर्ते कि कोष्ठवद्धता न हो। यदि कब्ज हो तो पहिले कोई दवा देकर उसे दूर कर लेना चाहिए। ज्वरागमन से पूर्व दे देने से ज्वर चढ़ने नहीं पाता। किन्तु इससे लाभ धीरे-धीरे होता है। मियादी ज्वर के प्रारम्भिक दो सप्ताहों में इसका सेवन लाभप्रद है। इससे रोगी को अजीर्ण या पेट शूल नहीं होता और दूध सुगमता से पच जाता है। यदि दाने मली भांति न निकले हों तो इसे निर्वीज मुनक्के में लपेट कर खिलाना चाहिए। ऊपर से गरम पानी के कुछ घूट पिला देने से दाने आसानी से निकल आते हैं। निमोनिया की प्रारम्भिक दशा में भी यह लाभप्रद है। सारांश यह कि हर प्रकार के ज्वर व आन्तरिक शोथ को दूर करता है।

## ज्वरारि अभ्रक

द्रव्य तथा विधि—श्यामाभ्रक भस्म, ताम्रभस्म, शुद्धपारा, शुद्ध गंधक आमलासार, वच्छनाग मुद्गविर, १-१ तोला धतूरे के बीज मुद्गविर २ तो०, त्रिकुटादि ५ तोला लें।

पहिले पारा व गंधक की कज्जली तैयार करें। फिर अन्य द्रव्यों को यथा विधि मिलाकर अदरक का रस डालकर एक दिन तक खरल करते रहें। फिर रत्ती २ की गोलियां बना लें।

मात्रा व सेवन विधि—मात्रा १ रत्ती से २ रत्ती तक और वच्चे को  $\frac{1}{2}$  रत्ती से १ रत्ती तक दिन में तीन बार शहद, अर्क

सोंफ या पानी से दें। मलेरिया ज्वर की दवायें ज्वरागमन से एक घंटा पूर्व, तीनों मात्राएँ दे देनी चाहिए।

गुण तथा लाभ—रसेन्द्रसार सग्रह, रस राज सुन्दर, रस चन्द्राव्यण्ड, भिषज रत्नावली में लिखा है, कि यह हर प्रकार के ज्वर अर्थात् वात पित्त, कफ और सन्निपात ज्वर, मलेरिया प्लीहा, यकृत, वायु गोला, सूजन, हिचकी, श्वास, कास, कोष्ठ-वद्धता, अरुचि आदि रोगों को इस प्रकार नष्ट कर देती है, जिस प्रकार विजली पेड़ों को नष्ट भ्रष्ट कर देती है।

विशेषताएँ—ये गोलियाँ हर प्रकार के मलेरिया ज्वर के लिए असीम लाभप्रद हैं। विशेषकर पुराने मलेरिया के लिए तो अकसीर है। एक दो दिन के सेवन से मलेरिया ज्वर दोबारा नहीं चढ़ता है। मियादी ज्वर के साथ यदि मलेरिया भी हो, तो यह परम लाभ पहुंचाती हैं और यदि ज्वर के साथ खांसी भी होती है, तो यह खांसी को अति शीघ्र दूर कर देती हैं। परीक्षा करके लाभ उठाएँ।

## रसमणिक

रसेन्द्रसार सग्रह और भिषज रत्नावली में इसके तैयार करने की पूरी विधि इस प्रकार अंकित है.—

हरताल बर्किया को पेठा के रस और खट्टे दही में पृथक् २ सात २ या तीन २ बार दौलायन्त्र द्वारा पकाकर शुद्ध करलें, फिर उसे खरल में डालकर जौ कुट करलें। अब एक मिट्टी के साफ

सकोरे में श्वेताभ्रक के एक बड़े टुकड़े को रखकर उसपर हरताल बर्किया के जौकुट किये हुए टुकड़े बिछा दें और उन्हें अभ्रक के दूसरे टुकड़े से ढांप दें। तथा सकोरे को दूसरे सकोरे से किनारे मिलाकर वेर के पत्तों की लुगदी से भली प्रकार बन्द करके चूल्हे पर चढ़ा कर इतनी आग दें कि निचला प्याला नीचे से सुख हो जाय। अब उसे सावधानी से उतार लें और ठंडा होने पर सावधानी से खोलकर उसमें से लाल रंग की चमकीली सी वस्तु प्राप्त कर लें। वस यही रस मणिक है और यह है वह विधि जिससे रस मणिक तैयार होता है। लेकिन आधुनिक वैद्यों ने उपरोक्त विधि के कई दोषों को दृष्टिगत रखते हुए इसे बनाने की एक दूसरी विधि निकाली है, जो कि उपरोक्त विधि से उत्तमतर व सुगमतर है। इसके अतिरिक्त इस विधि से बनाने में भी उसके गुण वही रहते हैं अस्तु अब नई विधि अधिक प्रचलित है, जो कि निम्न प्रकार है :—

रसेन्द्रसार संग्रह की उक्त विधि के अनुसार पहिले हरताल बर्किया को शुद्ध करके इसका चूर्ण—जो कि अधिक सूक्ष्म न होकर दरदरा हो, बना लें। फिर २-३ मा० चूर्ण की श्वेताभ्रक के एक टुकड़े पर तह बनाकर उसके ऊपर उसी प्रकार का अभ्रक का और टुकड़ा जमा दें और फिर २-४ दहकते हुए कोयलों पर उन्हें रखकर धीरे २ पखा झलते रहें। गर्मी पहुंचने पर हरताल का धुआं निकलने लगता है और वह शुष्क द्रव्य नरम होकर पिघलने लगता है और रंग भी पीले के बजाय लालासी पर आने लगता है। जब दवा पिघल जाय, तो

अभ्रक के टुकड़ों को चिमटे से निकाल कर अंगारों पर से हटालें, और ठंडा होने पर दोनों अभ्रक के टुकड़े पृथक् करके सिगरेफ की भांति लाल रंग की चमकीली दवा संमाल कर रखलें। वम आधुनिक विधि से यही रममणिक है। इसी प्रकार जितना चाहे, हरताल बर्किया से तैयार करलें।

मात्रा व सेवन विधि—१-१ रत्ती प्रातः नायं घी व शहद में मिलाकर चटाए।

लाभ—रसेन्द्रसार सग्रह आदि में लिखा है कि डंडवर को स्मरण करके सेवन करने से कोढ़ दूर हो जाता है। साथ ही इससे फूटा हुआ व गलता हुआ कोढ़, वातरक्त, भगदर, नागूर, क्षत, उपदश, व छाजन, नासिका रोग, गहरे घाव, चर्म दल व विस्फोट आदि दूर हो जाते हैं।

विशेषताएं—यह प्रथम श्रंखी की रक्त शोधक औषधि है। खुजली आदि के लिए रामबाण है, फुलवहरी के रोगियों के लिए भी परम लाभदायक है। चार पांच मास के निरन्तर सेवन से फुलवहरी के रोगी स्वस्थ हो जाते हैं। किन्तु इस दवा को १०-१२ दिन खिलाकर एक दो दिन का नागा अवश्य करना चाहिए। क्योंकि इसमें सोमल का तत्व होता है और निरन्तर सेवन करने से विषाक्त प्रभाव हो जाने का भय रहता है। इसके अतिरिक्त हमारे अनुभव से यह दवा हर प्रकार के मलेरिया ज्वरों के लिए भी परमलाभदायक है। ज्वरागमन से दो घंटे पूर्व इसकी दो मात्राएं ३-४ घंटे के अन्तर से शहद में चटाएं।

प्रथम तो उसी दिन ज्वर उतर जायगा, नचेत दूसरे दिन भी सेवन करें। ईश्वर कृपा से निश्चय ही लाभ होगा। आमतौर पर ज्वर दूर करने के लिए दो तीन दिन से अधिक किसी भी रोगी को देने की आवश्यकता नहीं पड़ती। साथ ही यह खुश्क तासीर की दवा है, अस्तु इसके सेवन काल में घी मक्खन आदि खूब खिलाएं।

नोट—उपरोक्त गुणों के अतिरिक्त हमने रसमणिक को खांसी के लिए भी अक्सीर पाया है। विशेषकर एक अवसर पर तो हम इसके दिव्य गुणों पर मुग्ध ही हो गए। एक हाजी जी भयङ्कर खांसी में ग्रसित हो गए, यहां तक कि उनके जीवित रहने की भी आशा न रही। उस अवसर पर ईश्वर भरोसा रखकर रसमणिक की आधी रत्ती प्रातः सायं शहद में चटानी प्रारम्भ कर दी। ईश्वरेच्छया गिनती के दिनों में ही कष्ट दूर हो गया।

## सुदर्शन चूर्ण

हर प्रकार के ज्वरों, विशेषकर मलेरिया के लिए

### आयुर्वेद का सुविख्यात योग

आयुर्वेद जगत में यह योग अपने अद्वितीय गुणों के कारण अत्यधिक प्रख्यात है और बड़े २ वैद्य इसे बनाकर अपने औषधालय में रखते हैं। क्षय के सिवा हर प्रकार के ज्वरों के लिए इसे उचित अनुपान से सेवन किया जा सकता है और



मलेरिया ज्वर के लिए तो जहां भूय न लगनी हो, तिल्ली व यकृत बढ़ गये हों, और कुर्नन भी निष्फल सिद्ध हो चुकी हो, यह चूर्ण हथेली पर मरमों उगाकर दिया देता है। इसके अतिरिक्त मलेरिया से उत्पन्न होने वाली दुर्लना आदि विक रों को दूर करने के लिए भी एक अनुपम औषधि है।

द्रव्य तथा योग—पोम्ब हलीला जर्द, पोम्ब हलीला, प्यागला, मुनमी, हल्दी, दान हल्दी, कटियारी खुर्द, कटियारी कला, कचूर, मोठ, काली मिर्च, फुल्लदराज, पीपलामूल, गिलोय, धांसा कुटकी, मरोडफली, नागरमोथा, शाहवा, अमारी, बनफशा, मुलहठी झिली हुई, रमृतनीम, कुडा झाल, मोठे इन्द्रजा, भारंगी, देशी अजवायन, मुहांजना के बीज, फिटकरी लाल सुती हुई, पच, पदमाय, उवेत मन्दल, दाग्चीनी, अर्तीस, खुरैटी, शालपर्णी, वायवडिंग, अगर, चित्रा की जड़ की झाल, दयार का बुरादा, चोया, पटवीपत्र, ज्यूवक उड्यक, लोंग, तवाशीर कटोल के फल, काकोल, तंजपत्र, जात्रित्री, तायरूपत्र, चिरायता।

परिमाण—उपरोक्त औषधिया समभाग, चिरायता सबके परिमाण से आधा।

नोट—इसी योग के कोर्ड २ द्रव्य आजकल अप्राप्य या कम से कम दुर्प्राप्य है। शालपर्णी और पृष्ठपर्णी देहरादून और महारनपुर के बड़े २ औषधि विक्रेताओं से मिल सकती है। ज्यूवक और उड्यक के स्थान पर बहार कुन्द हालें अन्यथा ये वस्तुएं भी देहरादून और महारनपुर की ओर मिल जाती हैं।

काकोली भी मिलती है, यदि अप्राप्य हो तो उसके स्थान पर मुलहठी डालें। चोया न मिले, तो उसके स्थान पर पिपलामूल डालना चाहिए। पदमाख एक लकड़ी है और इसी नाम से मिल जाती है। देहजी मे प्राय मिलती है। सुंहाजने के बीज आम तौर पर मिलते हैं न मिलें, तो उनके स्थान पर सुंहाजने की छाल डालें। आमला मुनकी से अभिप्राय बीज निकाला हुआ आमला है।

निर्माण विधि—प्रथम ५२ औषधियों को समपरिमाण लेकर खूब कूट पीस व छान लें। यदि ये सब १-१ तोला हों तो उनसे आधे परिमाण में अर्थात् २६ तो० चिरायता कूट पीसकर उनमें मिला दें। बस सुदर्शन चूर्ण तैयार है।

मात्रा व सेवन विधि—युवा व्यक्ति के लिए इस चूर्ण की मात्रा ३ मा०, वृद्धों व बच्चों के लिए आयु व शक्ति के अनुसार न्यूनाधिक करलें। चढे हुए ज्वर में गर्म पानी से दें, तो प्राय पसीना आकर ज्वर उतर जाता है। २४ घंटे में ४-५ मात्राएं दी जा सकती हैं। अनुपान ज्वर की किस्म और रोगी की दशा के अनुसार जैसा चिकित्सक निर्धारित करलें।

सूचना—(१) यह चूर्ण अति कटु होता है, अस्तु इसे किसी मीठी चीज में डालकर दिया जाय, तो कोमल प्रकृति रोगी भी आसानी से सेवन कर सकेंगे।

(२) इसी चूर्ण की प्रसिद्ध विधि से अर्क भी निकाला जा सकता है जो ज्वरों के लिए परम लाभप्रद सिद्ध होता है।

## देहाती योगावली

यहां हम कुछ्छेक ऐसे शतशोनुभूत योग अंकित करते हैं, जो कि 'देहाती फार्मेसी मु० पो० कामन, जिला गुडगांवां' मे प्रतिदिन असंख्य रोगियों पर प्रयोग किए जाते हैं, और परम लाभप्रद सिद्ध हुए हैं। प्रत्येक योग लाख २ रुपए का है, जिन्हें अन्य व्यक्ति सरलता से प्रकट नहीं कर सकता था।

## देहाती घुड़चढ़ी

३६० रोगों के लिए वैद्यक की प्रशंसित गोलियां नामकरण- जिस प्रकार बोंडे का सवाग अति शीघ्र अपने लक्ष्य पर पहुँच जाता है, उसी प्रकार इन गोलियों के सेवन से ईश्वर कृपा से रोगी अति शीघ्र स्वास्थ्य को प्राप्त होता है। अस्तु देहाती फार्मेसी के पूज्य वैद्यराज ने इसका नाम 'देहाती घुड़चढ़ी' रखा है।

चू कि इस विस्मयोत्पादक औषधि के अनेक योग मिलते हैं, अस्तु हम अपनी समझ से चुना हुआ सर्वोत्तम योग अंकित करते हैं।

द्रव्य तथा विधि—शुद्ध पारा, शुद्ध गंधक, पोस्त हलीला जर्द पोस्त हलीला, आँवला, सोंठ, काली मिर्च फुल्फल दराज, नागर मोथा, रेवन्द चीनी, अकरकरहा, प्रत्येक ३-३ तोला, चीता, हरताल बर्किया, वेशमुदबिर, महामैदा, सुहागा मुना हुआ, नमक लाहौरी प्रत्येक तोला २, हव्वे उल्मलूकमुदबिर ८ तोला।

पहिले पारा गधक को खरल मे डालकर निरन्तर ६ घंटे खरल करें ताकि अत्युत्तम कज्जली बन जाए। तत्पश्चात् समस्त औषधियों को पृथक् २ वारीक पीसकर मिला लें, और उसमे भंगरे के हरे पत्तों का रस डाल कर खरल करते रहें। यहा तक कि पूरे ४० घंटे खरल हो जाए। वस अब मोठ के दाने बराबर गोलियां बना लें। वस यही 'देहाती घुडचढ़ी' है।

सेवन विधि—चूँकि ये गोलिया विभिन्न अनुपानों से सेवन कराई जाती है, अस्तु नीचे हम विवरणात्मक वर्णन करते हैं :—

१. आधाशीशी पीडा—१ गोली खिलाकर ऊपर से एक तोला त्रिफला का चूर्ण फकाए और एक गोली कड़ुवे तेल मे घिस कर लगाए।
- २ अपस्मार ( मृगी )—१ गोली, काली मिर्च १ माशा के साथ पीसकर नस्यवत् रोगी की नाक में फूँक दें, दौरा रुक जायगा।
- ३ प्रतिश्याय ( नजला व जुकाम)—३ माशा सोंठ के साथ एक गोली खिलाए।
- ४ नेत्र-पीडा—१ गोली आँवला और श्वेत जीरा के साथ पानी से पीसकर आख पर लेप करें।
- ५ नाखूना—१ गोली आँवला और श्वेत जीरा के साथ पीस कर पानी से आखो मे लगाए। अर्थात् पानी मे भिगोकर लगा दें।

६. शत्रुकोरी—१ गोली गुरु में घिसकर सलाई से तनिकसी आँख पर लगाए ।
७. मुख की दुगन्धि—१ गोली ६ माशा गुड़ के साथ खाकर ऊपर से अदरक या पान खाए ।
८. दन्त पीडा—१ गोली छोटी कटाई के साथ चटाए और दाँत पर मर्ते ।
९. सन्निपात—१ गोली दारु फुलफुल के साथ पानी में घिस कर आँख में लगाए ।
१०. वमन—१ गोली तिगुनी हींग में मिलाकर तनिक गर्म करके खिलाए ।
११. तृषा—१ गोली १ माशा काला जीरा के साथ खिलाए ।
१२. पाचन क्रिया—ठीक करने के लिए १ गोली ९ माशा देशी अजवायन के साथ खिलाए ।
१३. कोष्ठवद्धता—रोगी को पहिले तीन दिन खिचड़ी खिलाकर चौथे दिन शक्ति अनुसार गोलियां खिलाकर ऊपर से ठंडा पानी पिलाए । यदि दस्त कम आएँ, तो खांड का शर्वत बर्फ डालकर पिलाए ।
१४. अतिसार—रोकने के लिए १ गोली गर्म पानी से दें ।
१५. रक्तानिसार में—१ गोली गाय की छाछ के साथ दें ।
१६. पेचिश—१ गोली ३ माशा सोंठ के चूर्ण के साथ कुछ दिन तक खिलाए ।

१७. उदर-कृमि—१ गोली अदरक के रस के साथ तीन दिन द ।
१८. कटि-पीड़ा—१ गोली ५ लौंगों के साथ खिलाकर ऊपर से अदरक खिलाए ।
१९. पथरी मूत्राशय—१ गोली कुल्थी के स्वरस से दें ।
२०. पथरी वृक्क—१ गोली पखान वेद के साथ दें ।
२१. ऋतु दोष—१ गोली मुर्गी के अण्डे के साथ खिलाकर ऊपर से मुहरात पिलाए ।
२२. कोष्ठवद्धता—१ गोली सोंठ या पान के साथ खिलाएं ।
२३. धातुहीन—१ गोली थोड़े से वंशलोचन के साथ खिलाकर ऊपर से त्रिफला क्वाथ पिलाए ।
२४. प्रमेह—१ गोली बकरी के दूध के साथ कुछ दिन खिलाएं मंभालू के पत्तों के रस के साथ भी लाभप्रद है ।
२५. सुदृ —१ गोली पहिले खाकर ऊपर से अर्क वादियान या गुलकंद में थोड़ा सा तेल वादाम अधिक मिलाकर दें ।
२६. बवासीर वादी—१ गोली ३ माशा जीरा कासवेल के साथ सात दिन तक खिलाएं । यदि बवासीर खूनी हो, तो कशनीज के चूर्ण के साथ दें ।
२७. ज्वर में—१ गोली सतगिलोय या अलसी के तेल से दें ।
२८. तृतीयक ज्वर—१ गोली २ माशा श्वेत जीरा के साथ वारीक करके ७ माशा श्वेत शक्कर के साथ वारीक करके दें सात दिन तक ऐसा करें । यदि मादा बलगमी हो, तो पीपल बढ़ाएं ।

२६. पित्त ज्वर—१ गोली कशनीज के चूर्ण के साथ पहिले  
खिलाकर ऊपर से खुरफे के बीजों का रस और शर्बत  
नीलोफर पिलाए ।
२७. कम्प ज्वर—१ गोली लौंग के साथ दें ।
२८. नासूर—१ गोली और चिल्ली की टट्टी दोनों पत्थर पर  
घिसें और त्रण स्थान पर लगाए ।
२९. त्रण जलन—१ गोली आंवला के ताजा रस के साथ पत्थर  
पर घिसकर त्रण स्थान पर लगाएं ।
३०. उगदश—१ गोली वारीक पीसकर १ तोला नीम के पत्तों के  
चूर्ण के साथ खिलाए । खट्टी मीठी व हानिकर वस्तुओं से  
परहेज ।
३१. कुष्ठ रोग—कौंच के बीज और धतूरे के बीज सम परिमाण  
चूर्ण करके ३ माशा चूर्ण के साथ १ गोली मिलाकर दें ।  
इसका सेवन २० दिन तक करना चाहिए ।
३२. पाण्डु रोग—१ गोली ७ माशा मेथी के बीजों के चूर्ण के  
साथ सात दिन तक खिलाए ।
३३. हृत्वा रोग—१ गोली शीरा वादियान के साथ दें. या मां  
के दूध में घिसकर पिलायें ।
३४. मृत्रावरोध—१ गोली शीरा श्वेत जीरा के साथ दें । सोंठ  
के चूर्ण और पान के साथ देना भी लाभकर है ।
३५. वाक्पन—१ गोली कपूर बटिका के साथ देने से यह दोष  
दूर हो जाता है ।

३६. इन्द्रिय-शिथिलता—१ गोली मुर्गी के अण्डे की श्वेतता में धिमे कर जलनेन्द्रिय पर तिला करें।

४०. सर्प दंश—एछेक गोलिया बारीक करके दणित स्थान पर पचें लगाकर घट चूर्ण मलें।

४१. बाह्यननी पलक—१ गोली २ मा० पु पची के साथ आपले के पानी में रखल करके पलकों पर लेप करें।

४२. घृष्टिचरदंश—एक गोली मोठ के रस में घिसकर लेप करें।

नोट.—यनी धनाई गोलियां 'देहाती फार्मसी' से २) दर्जन मिल सकती हैं। पता पुतफ के मुख पृष्ठ पर देंगे।



# असाधारण योग भण्डार

अर्थात्

वे समस्त अनुभूत योग

जो देहाती फार्मेसी, मु० पो० कासन, जि० गुड़गांवां, में  
तैयार होकर असंख्य रोगियों पर अनुभूत हैं ।

## निवेदन

इसके पूर्व, कि हम वे सारे असाधारण योग आपको भेंट  
करें, जोकि आज तक कभी निष्फल नहीं हुए, यह वता देना  
चाहते हैं, कि मलेरिया ज्वर कई प्रकार के होते हैं, अतः यदि  
एक औषधि प्रभाव न करे, तो दूसरी प्रयोग करनी चाहिए ।  
यूँ तो आजकल मलेरिया पर अच्छी २ दवाएँ भी असफल हो  
रही हैं, किन्तु हम आपको चुने हुए अचूक योग ही भेंट  
करते हैं ।

अनुभव बताता है कि मलेरिया के रोगियों को यदि पहिले  
कोई जुलाव दे दिया जाय, तो औषधियाँ अधिक प्रभाव दिखाती  
हैं । अतः पहिले हम कुछ उत्तम विरेचन-योग लिखते हैं, जो  
मलेरिया पर विशेष रूप से लाभदायक हैं ।

मलेरिया ग्रस्त रोगियों के लिए कोष्ठ वद्धता निवारक  
और रेचन लाने वाली औषधियां  
**‘देहाती बुड़चढ़ी’**

ये गोलियां वैद्यक की वे प्रशसित गोलियां हैं, जिनकी ख्याति का ढंका सारे देश में बजर रहा है। इनसे न केवल यह, कि मलेरिया ग्रस्त रोगी को कुछ दस्त आकर विपाक्त द्रव्य (जिन्हें डाक्टर लोग मलेरिया के कीटाणु बताने हैं) निकल कर प्रायः अवस्थाओं में लाभ हो जाता है, अपितु और भी अनेक रोगों के लिए यही गोलियां अक्सीर सिद्ध हो चुकी हैं। जब ग्रस्त रोगी की आयु व शक्ति के अनुसार उसे लगाकर १८-१२ गोलियों तक, मिश्री के शर्बत या ठंडे पानी से देने से कब्ज दूर हो जाती है।

नोट-इसका योग गत पृष्ठों पर लिखा जा चुका है।

### **चमत्कारी रेचन (मेवों वाला)**

गत दिनों हम वैद्यक की सुप्रसिद्ध औषधि ‘इच्छा भेदी रस’ तैयार कर रहे थे कि अचानक एक स्वामी जी पधारे। वे महान साधू और कुशल वैद्य भी थे। मैंने उनसे पूछा कि आपके विचार से ‘इच्छा भेदी रस’ से उत्तम और कोई विरेचन है या नहीं? कहने लगे—हमने तो जुलाव के पचासों योग बना देखे। अन्त में एक जुलाव सन्तोषजनक मिला। जिसकी तुलना में ‘इच्छा भेदी रस’ कोई वस्तु नहीं है। अति सुगम, नितान्त हानि रहित, और अमीराना। पूछने पर उन्होंने निम्न योग बताया :—

योग--हठ्ठे उलमलूक मुदविर १ तो०, नारियल की गिरी १ तोला, बादाम १ तो०, पिस्ता ६ मा०, चिलगोजे की गिरी ६ मा०, छोटी इलायची ६ मा० । पहिले हठ्ठे उलमलूक को अति सूक्ष्म पीसैं, फिर बादाम, फिर नारियल शेष तीनों औषधियों को पृथक् २ खरल करके मिला लें और फिर अति सूक्ष्म पीसकर चीनी या कांच की शीशी में रख लें । मात्रा—२ रत्ती मिश्री के शर्दत के साथ दे । साथ ही स्मरण रहे कि रोगी धूप में न निकले ।

## ज्वर-विरेचन

त्रिफला आवश्यकतानुसार कूट कर प्रस्तुत रखें और जब रोगी को जुलाव देना हो, तो ३ तो० चूर्ण पावभर पानी में उवालें जब आधा पानी शेष रहे, तो छानकर थोड़ा नमक मिलाकर रोगी को पिलाए । इससे एक दो दस्त बहुत दुर्गन्धियुत आएंगे और ईश्वर कृपा से ज्वर उतर जायगा । या कम से कम हल्का हो जायगा । चू कि तनिक स्वाद कटु है, अतः कोमल प्रकृति वाले रोगी नहीं पी सकते ।

## अन्य विरेचन

यह विरेचन कोष्ठवद्धता दूर करने के लिए परम लाभप्रद है । अतः ज्वर-रोगी को जब कोष्ठ-शुद्धि की आवश्यकता हो, तो इस योग को काम में लाएं ।

योग—गुलाब के फूल १ तोला, बनफशा के फूल १ तोला, कद्दू की गिरी ६ मा०, सनाय की पत्ती ३ मा० सबको डेढ़ पाव या

आधा सेर पानी में घोंट छानकर ४ तो० तुरजवीन खुरासानी मिलाकर दोबारा छानकर पिलाएँ । यदि शीतकाल हो, तो इसे तनिक गर्म करके पिलाएँ इससे २-३ दस्त आकर तबियत हल्की और साफ हो जाती है ।

## घटे हुए मौसमी ज्वर को उतारने वाले योग

कुछ योग इसी पुस्तक के गत पृष्ठों पर 'एन्टीफेब्रीन व फिना-स्टीन की समकक्ष औषधियाँ' के शीर्षकांतर्गत लिखे जा चुके हैं, शेष ज्वरहारक व प्रस्वेदक योग नीचे अंकित किए जाते हैं ।

### लाल शक्करी चूर्ण

जिससे अधिकांस रोगियों का ज्वर आघे घटे में पसीना आकर उतर जाता है ।

यह योग मौसमी के अतिरिक्त वारी के लिए भी लाभप्रद है । मैंने इसे सैकड़ों रोगियों पर अनुभव किया है । जिसे मैं 'अक्सिर ज्वर' के नाम से अत्तारों को बेचता रहा हूँ । यदि इस दवा को ज्वरागमन से पूर्व दे दिया जाय, तो ज्वर रुक जायगा । यदि घटे ज्वर में दे दें, तो ईश्वर कृपा से पसीना आकर उतर जायगा ।

योग—मुनी हुई फिटकरी २ तोला, गेरु २ तोला, शकर ५ तोला, वारीक पीसकर मिला लें ।

मात्रा—१ माशा से ३ माशा तक ।

सेवन विधि—वहीं है जो प्रारम्भ में बताई गई है । अर्थात् ज्वरागमन से घटे दो घटे पूर्व दे दें, तो चढ़ने से रोकता है । यदि

चढ़े हुए ज्वर में देना हो, तो सोंफ के क्वाथ से घंटे २ के अन्तर से देते रहें, दिन में ३ बार ।

## नौशादरी आक चूर्ण

जो कि ज्वर के मवाद को पसीना और मूत्र द्वारा निकाल देता है ।

योग—आक की जड़ का छिलका २ तोला, कलमी शोरा ४ तोला, अजवायन ४ तोला, नौशादर ४ तोला, सूक्ष्म पीसकर मिलालें ।

मात्रा—एक माशा से ४ मा० तक गर्म चाय या गर्म पानी से दें । पसीना आकर ज्वर उतर जायगा, या मूत्र जारी होकर । अच्छी लामप्रद वस्तु है ।

## स्वादिष्ट चूर्ण—“तपतोड़”

यह चूर्ण भी एक विशेष योग है । चूंकि ज्वर के रोगी कड़वी कषैली और गर्म वस्तुओं से बहुत घबराते हैं, किन्तु विवश हो खानी पड़ती हैं । किन्तु यह दवा लामदायक होने के अतिरिक्त स्वादिष्ट और शान्तिप्रद भी है, जिससे पसीना आकर अति शीघ्र ज्वर उतर जाता है । या कम होकर हल्का हो जाता है ।

योग—काला जीरा २ तो०, काली मिर्च २ तो० सेंधा नमक ० तोला, खाड १५ तोला । चारों को पृथक २ पीसकर मिलालें । वस स्वादिष्ट ‘तपतोड़’ चूर्ण तैयार है ।

मात्रा—३ माशा गर्म पानी या चाय के साथ दें ।

## पाउडर ऑफ एकोनाइट

जब रोगी शक्तिवान हो, नब्ज खूब मोटी चल रही हो, चेहरा लाल हो, आँखों में सुखी हो, सिर में पीडा हो, ज्वर नया हो, उस दशा में यह दवा बड़ा प्रभाव दिखाती है। चू कि विपाक्त दवा है, अतः किसी क्षीण रोगी को कदापि न दें। केवल बच्चों के काम की वस्तु है।

योग—एकोनाइट (वेश चिला मुहविर) १ माशा उत्तम प्रकार का लेकर पक्के खरल में डालकर आँख और मुँह को बचाकर पीसैं और खूब मुलायम हो जाने पर ५ तोला शुगर ऑफ मिल्क या दाना चीनी २ तोल, तवाशीर २ तोला मिलाकर निरन्तर १२ घंटे खरल करके शीशी में डालकर समाल रखें।

मात्रा—केवल १ रत्ती पानी के साथ। फिनास्टीन और एन्टीफेब्रीन की भांति एक घंटे के अन्दर २ हृदय की बढी हुई धडकन कम होकर ज्वर दूर कर देती है।

## हर प्रकार के ज्वर का अगद

यह योग न केवल मलेरिया, अपितु हर प्रकार के ज्वर के लिए लाभप्रद है। जब ज्वर उतरने में ही न आता हो, उस अवसर पर चमत्कार दिखाती है।

योग—गौदन्ती हरताल भस्म उत्तम विधि से बनी हुई १ तोला (आक से अच्छी बन जाती है) श्वेताश्रक भस्म १ तोला, उत्तम लोभान कोड़िया—मिलाकर रखलें।

नोट—केवल प्रथम दो भस्में मात्र भी लाभप्रद सिद्ध होती हैं। कई बार का अनुभव है।

## ज्वर की बारी रोकने वाली औषधियां

कुछेक योग जो कि ज्वर की बारी रोकने के लिए विशेष लाभप्रद सिद्ध हुए हैं, गत पृष्ठों पर लिखे जा चुके हैं। शेष यहां अंकित किए जाते हैं—

### मुलहठी पुड़िया

बच्चों के लिए..... मीठी कुनैन की प्रतिनिधि

बच्चे कड़वी दवा खा नहीं सकते. अतः यह दवा हमने विशेष रूप से बच्चों के लिए तैयार की है। बड़े रोगी भी सेवन करके लाभ उठा सकते हैं। मीठी है, बिल्कुल सस्ती और सुन्दर है, परम लाभप्रद है। ज्वर की बारी रोकने के लिए अकसीर है और विशेषता यह है कि चढ़े ज्वर में देने पर भी हानि के बजाय लाभ ही करती है। देखने में बिल्कुल कुनैन की भांति ठोस और हल्की है किन्तु स्वाद में कुनैन की भांति कड़वी नहीं है।

योग—आक का दूध आवश्यकतानुसार मिट्टी के कोरे प्याले में डालें और कपड़ा ढक कर छाया में रख दें। यहां तक कि पड़े र दूध बिल्कुल सूख जाय। इस जमी हुई पपड़ी को चाकू से खुरचकर तोलें और उसमें से १ माशा दवा लेकर चीनी या काच के खरल में डालें और १ तोला चीनी खांड डालकर एक

घंटा खरल करें। फिर ७ तोले ३ माशे चीनी खांड और डाल कर सशक्त द्वाथों से ८ घंटे खरल करके बोतल में रखलें।

सेवन विधि व लाभ—इसके लाभ तो असंख्य हैं किन्तु यहां हम केवल मलेरिया और उसके उपसर्गों के सम्बन्ध में ही वर्णन करेंगे। युवा और वृद्ध रोगियों के लिए इसकी मात्रा १ रत्ती से २ रत्ती तक है। केवल पानी या किसी अर्क से ज्वर होने से ३ घंटे पूर्व एक पुड़िया और १ घंटा पूर्व फिर एक पुड़िया वच्चों को १ चावल से ४ चावल तक। आशा है कि यदि रोगी का पेट साफ करके दी जाय, तो एक दो दिन में ही ज्वर रुक जायगा। चढ़े ज्वर में देने से पसीना आकर उतर जाता है।

मलेरिया के उपसर्ग—वमन, दस्त और खासी के लिए भी लाभप्रद है। किन्तु ऐसी दशाओं में दूध व चावल का भोजन दिन में तीन २ बार देना चाहिए।

## ज्वर रोक पुड़िया

योग—करंजुवा के बीज की गिरी ५ तोला, काली मिर्च २ तोला, फिटकरी की ग्नील २ तोला, सूक्ष्म पीसकर मिला लें।

मात्रा—१ मा० ज्वरागमन से २ घंटे पूर्व। अति लाभप्रद है।

## मलेरिया अगद

यह वह योग है, जिसे मैं दावे के साथ कह सकता हूँ कि कुनैन से किसी प्रकार कम नहीं। अपितु लाभ और मूल्य दोनों के अनुसार उससे उत्तम है। आप भी इसे मलेरिया के दिनों में बनाकर मुफ्त बाटें और जन-सेवा करें।

योग—मुनी हुई फिटकरी, मुना हुआ सुहागा, नौशादर प्रत्येक तीन-तीन माशा, बलमीशोरा छ. मा०, कड़ू का चूर्ण डेढ़ तो०, सबको एक घंटा बारीक पीसकर रखें।



मात्रा—तीन रत्ती से चार रत्ती । चढ़ हुए ज्वर को उतारता और उतरे हुए को रोकता है, पानी, दूध या अर्क सोंफ से दें ।

नोट—यह दवा सन् ४२ के भयङ्कर ज्वर-प्रकोप में बड़ी ही लाभप्रद सिद्ध हुई थी, किन्तु है तनिक कड़वी और गर्म । अस्तु गर्मिणी स्त्री व कोमल प्रकृति रोगी को न दें ।

### ‘ज्वगारि अगद वटी’

( न केवल मलेरिया, अपितु हर प्रकार के ज्वर के लिए )

यह योग हमारे एक मित्र ने जन-हितार्थ प्रकट किया है, जोकि उनके दवाखाने से सैकड़ों रुपये का बना हुआ विक्रि रहा है । अब आप स्वयं बनाकर लाभ उठावें ।

योग--हरित गिलोय एक तो०, चिरायता, नीम के पत्ते, काली मिर्च प्रत्येक ५ तो०, अतीस २ तो० । सबको जौकुट करके ३ सेर पानी में भिगो रखें और फिर आग पर उबालें । जब सारा पानी जलकर केवल पावभर शेष रह जाय, तो मलकर छान लें और निम्न औषधियों का चूर्ण डालकर खरल करें । जब गोलियां बाधने योग्य हो जाय, तो चणक परिमाण की गोलियां बना लें । औषधियां निम्न डालें--

करजुवा की गिरी ५ तोला, शुद्ध कुनैन १ तो०, शुद्ध सत गिलोय १ तो०, तवाशीर आस्मानी १ तो०, रेवन्द उसारा १ तो०, दाना इलायची ६ मा० ।

मात्रा--१-१ गोली प्रातः सायं व दोपहर को भी उचित अनुमान से दें । ईश्वर कृपा से हर प्रकार के ज्वरों को जड़ से उखाड़ देगा ।

## योगोपहार

अब हम अपने पाठकों को वे सहस्त्रों वार के परीक्षित और सफल योग भेंट करते हैं, जो कि हमारे मित्रों ने देश व जन कल्याण के लिए भेजे हैं। यदि आप भी देश की सेवा करने के लिए इच्छुक हैं, तो हमें अपने अनुभूत योग भेजिये ताकि हम आगामी सस्करण में उन्हें छाप सकें।

## ज्वरघ्न अक्सीरी लवण

नमक शीशा या नमक लाहौरी श्वेत वर्ण का ५ तोला, समुद्र भाग २ तोला, लोहे की कढ़ाई में रखकर आग में धौंके, यहा तक कि पानी हो जाय। उतार कर ठंडा करें और कूटकर फिर समुद्र भाग २ तोला और सोमल ६ माशा डालकर पुन पूर्ववत् आग में रखकर धौंकनी से धौंके और चक्कर आ जाने पर उतार लें। फिर समुद्र भाग २ तोला, सोमल ६ माशा डालकर कूटकर उसी तरह करें और पानी की भांति तरल हो जाने पर उतार लें। यही नमक कायम उलनार है जिसे वैद्य लोग दूढ़ते फिरते हैं। किन्तु हम यहा इसका ज्वरघ्न होना ही बताना चाहते हैं। ज्वर की हर दशा में अक्सीरी है।

मात्रा—१ रत्ती पानी या चाय के साथ।

## शिंगरफ भस्म—अक्सोर मलेरिया

द्रव्य—शिंगरफ १ तोला की डली, कपूर २ तोला ।

विधि—लोहे के तवे पर आधा कपूर रखकर ऊपर शिंगरफ की डली रख दें और फिर शेष आधा कपूर रखकर नीचे आग जलाएं । आग लग जायगी और शिंगरफ भस्म होगी । ठंडी होने पर सूक्ष्म पीसकर शीशी में सुरक्षित रखें ।

मात्रा—एक रत्ती खांड में रखकर खिलाएं । यदि ज्वर होने से एक घंटा पूर्व इसकी एक मात्रा खिलाकर एक घंटा बाद वेरी या तुलसी के दो पत्ते खिलाएं, तो ईश्वर कृपा से निश्चय ही ज्वर न होगा ।

## शोरा क्रायम उलनार

शोरा कलमी ५ तोला, काली मिर्च का चूर्ण ३ तोला, १ तो० मिर्च का चूर्ण लोहे के तवे पर रखकर ऊपर शोरा रखें और फिर १ तोला काली मिर्च का चूर्ण रखकर नीचे आग जलाएं । और शोरा के पानी हो जाने पर १ तोला चूर्ण काली मिर्च चुटकी द्वारा समाप्त कर दें । फिर ठंडा होने पर पीस लें और उसमें इसका आधा नौशादर व उसका आधा करजुवा तथा उसका आधा फुल्ल दराज और उसके समपरिमाण की कर गोंद पीस कर बना लें ।

मात्रा—१ माशा दिन में तीन बार । यह एक ऐसी अक्सोरी दवा है जो मलेरिया के लिए कुनैन से किसी प्रकार कम नहीं । वनाक परीक्षा करें ।

## जोहराजामिया

यह योग भी कुनैन के बराबर काम देता है और विशेषता यह कि नितान्त हानि रहित और हर तबियत के अनुकूल आने वाली वस्तु है। न केवल मौसमी ज्वर, अपितु अन्य प्रकार के कई ज्वरों में भी लाभदायक है। प्रभावक भी कमाल दर्जे का है, पहरों तक प्रतीक्षा नहीं करनी पड़ती। गले से उतरते ही प्रभाव होने लगता है।

योग—नौशादर, कलमीशोरा, प्रत्येक ५ तोला पृथक् २ बारीक पीसकर मिलालें और मिट्टी के कोरे प्याले में फैला कर रख दें। तथा उस प्याले के ऊपर दूमरा कोरा प्याला जिस का मुह उसके मुह पर फिट आ जाय, रखकर माप के गुंधे हुए आटे से अच्छी प्रकार बन्द करके चूल्हे पर रखें और नीचे बेरी की लकड़ी की आध घंटा मन्द २ आंच जलाएं। तत्पश्चात् तीन घंटे तक तेज आंच जलाएं। फिर आग बन्द करके जो कुछ प्यालों में से प्राप्त हो, मृदम पीसकर रखलें।

सेवन विधि—मात्रा ४ रत्ती प्रातः सायं पानी या उचित अर्क से दें।

लाभ—हर प्रकार के ज्वरों के लिए विशेषकर मौसमी ज्वरों के लिए परम लाभप्रद है।

## ज्वर रोक लघु वटिका

ये गोलियां मौसमी ज्वरों की बारी रोकने के लिए बहुत ही

लाभदायक है। ज्वर दैनिक हो, या तृतीयक वा चौथिया, सबके लिए समान गुणकारी है। किन्तु शर्त यह है कि ज्वर १५ दिन पूर्व से आता हो। नए ज्वर के लिए लाभप्रद नहीं, अपितु हानि का भी भय है।

योग—श्वेत सखिया दूधिया, श्वेत कत्था, श्वेत चूना, प्रत्येक ३ माशा, चीनी या कांच के खरल में डालकर पृथक् २ पीसकर मिलाएं और १ घटा नींबू के रस में खरल करके बाजरे के दाने बराबर गोलियां बनाले।

सेवन विधि—एक गोली ज्वरागमन से दो घंटे पूर्व दें। किन्तु आवश्यक रूप से पहिले कुछेक ग्रास हलुवा, दूध आदि चिकनी वस्तु के दें। ईश्वर कृपा से पहिली ही मात्रा, नचेत दूसरी या तीसरी मात्रा से ज्वर की वारी रुक जायगी।

## मलेरिया नाशक चूर्ण—बदल कुनैन

कुनैन का भांति ज्वर की वारी रोकना ही इसका काम नहीं, अपितु फिनेंस्टीन की भांति पसीना लाकर ज्वर को उतार देना भी इसका चमत्कार है और फिर कमाल यह, कि अत्यधिक सस्ती और आसानी से बनने वाली वस्तु है। आप भी बनाकर परीक्षा करें और लाभ उठाएं।

योग—अपसन्तीन, सोडा सिलीसिलास, करंजुवा की गिरी, उचित परिमाण में।

विधि—अपसन्तीन और करंजुवा की गिरी को चूर्ण करके सोडा सिलीसिलास मिला लें। बस तैयार है।

मात्रा—४-४ रत्ती प्रातः सायं गरम पानी से दें । दो तीन दिन सेवन करें । ईश्वर कृपा से मलेरिया को जड़ मूल से उखाड़ कर रख देने वाली वस्तु है ।

## अक्सीर मलेरियाई ज्वर

निम्न प्रयोग मौसमी ज्वर के लिए शतशोनुभूत है । जोकि ईश्वर कृपा से कभी चूकता नहीं । यह स्मरण रहे कि यदि रोगी को कब्ज हो, तो पहिले उसे दूर कर लें । तदनन्तर इस अक्सीर की २-३ मात्राएं ही स्वस्थ कर देती हैं । कुनैन या इजेक्शन की तलाश नहीं करनी पड़ती ।

योग—नीशादर मत्त्व, फुल्फुलदराज, करजुवा की गिरी, गेरू, समपरिमाण लेकर कूटकर छानकर चने बराबर गोलिया बनाए ।  
मात्रा—१-१ गोली प्रातः दोपहर व सायं उचित अनुपान से ।  
वच्चों के लिए इसकी मात्रा २ चावल से ४ चावल तक शर्वत वनफशा, या अर्क गावजवां या पानी के साथ ।

## मलेरिया अगद

निम्न योग मेरे विशेष योगों में से है, जिसको सैकड़ों रोगियों पर अनुभव करके लाभप्रद पाया है । लाहौर के एक मशहूर दवाखाने में अक्सीर बुखार के नाम से चल रहा है ।

योग—तवाशीर, छोटी इलायची का दाना, सत गिलोय, करजुवा की गिरी, श्वेताभ्रक मस्म, श्यामाभ्रक मस्म, गौदन्ती हरताल मस्म, प्रत्येक ६ मा०, कुनैन सल्फास ४ रत्ती, यू कुनीन ३ रत्ती, सबको पीसकर चूर्ण बनाए ।

मात्रा—२ से ४ रत्ती तक अर्क गावजवां या शर्तत वनफशा से ।

## अक्सौर तप

ज्वर के मौसम में कलानूर जि० गुरदासपुर जाना हुआ वहां ज्वर बहुत फैला हुआ था । ज्वर के साथ प्रायः लोग वमन, तृषा, वेचैनी आदि से पीड़ित थे, जिसमें निम्न योग अत्यधिक लाभप्रद सिद्ध हुआ—

योग—करंजुवा की गिरी ५ तोला, अतीस ५ तोला फुल्फल दराज, फुल्फल स्याह १-१ तोला, सबका बारीक चूर्ण करलें और निम्नांकित क्वाथ में खरल करके ( चिरायता, शुष्क गिलोय, नीम के पत्ते प्रत्येक ५ तोला दो सेर पानी में पकाएं । जब पाव भर पानी शेष रह जाय, तो छानकर उसमें दवाए खरल करें ) जहर मुहरा खताई, तवाशीर एक तोला डालकर चने बराबर गोलियां बनालें ।

एक-एक गोली प्रातः सायं उचित अनुपान से दिया करें ।

## करंजुवा वटी

ये गोलियां कई बार की परीक्षित और विश्वस्त हैं ।

करंजुवा की गिरी १ तोला, दार फुल्फल ५ तोला, श्वेत जीरा २ तोला, वर्ग मगीलां ४ तोला सबको कूट छानकर चने बराबर गोलियां बनाए ।

१-१ गोली दिन में तीन बार शर्वत वनफशा या बजूटी शिकजवीन के साथ सेवन कराए ।

## कफज व वातज ज्वर का अनुभूत योग

योग—कासनी, कशनीज खुदक, प्रत्येक १-१ तोला, अजमूद ६ माशा, पीपल ६ मा, मय द्रव्यों के तीन भाग करें। एक भाग एक छटांक पानी में रात को भिगो दें। प्रातः मल छानकर खमीरा वनफशा २ तोला घोलकर पीएं। निरन्तर ३ दिन के सेवन से ज्वर दूर हो जाता है। प्रायः एक मात्रा में ही लाभ हो जाता है। किन्तु सुरक्षार्थ तीन दिन सेवन करें।

## मलेरिया की सफल चिकित्सा पद्धति

मलेरिया क्या है ? इस पर कुछ कहने को जी चाहता है। किन्तु कार्य भार की अधिकता के कारण इस विषय पर विस्तृत विवेचन करना असम्भव सा हो रहा है। यदि मुझे इतना अधिक बाध्य न किया जाता, तो सम्भवतः ये पक्तियाँ भी प्रकाशित न हो सकतीं। अस्तु नीचे हम अपनी सात वर्ष की अनुभूत और सफल चिकित्सा पद्धति अंकित करते हैं। सम्भव है, कई माई इससे लाभ का सामान पा सकें।

मलेरिया की चिकित्सा में हमारे ३ सिद्धान्त रहे हैं:—

१—आमाशय की शुद्धि।

२—उपसर्गों का शमन।

३—चढ़े ज्वर को उतारना और बारी को रोकना।

( अ ) आमाशय की शुद्धि मलेरिया में परमावश्यक है।



प्रायः ही कब्ज और आमाशय की विकृति उत्तमोत्तम औषधियों और चिकित्सा को असफल करके रोगी की परेशानी और चिकित्सक की बदनामी का कारण बन जाती है। इसके लिए प्रायः मगनेशिया साल्ट अनुभूत और प्रचलित है। यद्यपि उमसे आमाशय का दूषित द्रव्य निकलकर ज्वर में कमी हो जाती है। किन्तु यदि आमाशय में सुड़े हों, तो वे ज्यों के त्यों रहते हैं, जिनसे आमाशय और यकृत दोनों विकृत हो जाते हैं। थोड़े ही कालोपरान्त प्लीहा वृद्धि और लगातार ज्वर प्रारम्भ हो जाता है। हा यदि सुड़े न हों तो मगनेशिया साल्ट से तबियत साफ होकर साधारण दवाओं से ही ज्वर दूर हो जाता है। हमारी चिकित्सा इस प्रकार है, कि अगर सुड़े हों और आंतों में अवरोध हो, तो बनफशा १ तोला, उन्नाव ७ नग, गुलाब के फूल ५ माशा, सनाय की पत्ती ६ माशा, निर्वाज मुनक्क ५ नग, का क्वाथ पिलाकर तबियत को हल्का सा विरेचन दे लिया जाता है। तदनन्तर गौदन्ती भस्म २ रत्ती, शर्वत बनफशा के साथ प्रातः सायं इससे रोगी अति शीघ्र स्वस्थ हो जाता है।

(ब) यदि ज्वर के साथ अन्य, उपसर्ग यथा तीव्र सिर-पीड़ा हो, तो उसके लिए गौदन्ती भस्म के साथ एस्प्रीन एक रत्ती, फिनास्टीन एक रत्ती, कैफिन साइट्रास  $\frac{1}{4}$  रत्ती दे देने से १० मिनट के भीतर २ रोगी को चैन प्राप्त होकर आराम मिल जाता है। उस दशा में यह दवा शर्वत बनफशा ४ तोला, अर्क गाब-जवां १ तोला के साथ दे दी जाय, तो बहुत लाभप्रद सिद्ध होती है।

तृषा धिक्क्य--मलेरिया रोगी को प्यास बहुत लगती है । यदि उपरोक्त विधि से चिकित्सा की जाय, तो ईश्वर कृपा से ६-७ घंटे में सारे उपसर्ग दूर हो जाते हैं किन्तु यदि फिर भी रोगी प्यास से बेचैन हो, तो उस के लिए परम लाभप्रद व सुगम विधि यह है कि खश ५ माशा, हरी इलायची तीन नग, शाहत्रा १ माशा, दो सेर पक्के पानी में उवालकर ठंडा करके एक दो बार एक २ छटांक पिलाने से तृषाधिक्क्य मिट जाती है । ऐसी दशा में यदि प्रकृति कफज न हो, तो आलूबुखारा का मुह में रखना भी परम हितकर है ।

वमन व जी मिचलाना—किसी २ मलेरिया में वमन व जी मिचलाना अधिक पैदा हो जाता है । उसके लिए सरल विधि तो यह है कि शाहत्रा १ माशा को एक सेर पानी में उवाल लिया जाय । इसका एक-एक घूंट आधे घण्टे के अन्तर से के व जी मिचलाहट को रोक देता है । या उसकी जगह वायनम एफी-कॉक ( यूपैथिक ) एक वूंद एक औंस पानी में मिलाकर दो तीन बार पिला दीजिए ।

यदि किसी अवस्था में वमन बन्द न हों, तो पावडर ऑफ आरसेनिक ( जिसका विस्तृत विवरण 'देहाती अनुभूत योग संग्रह' के प्रथम भाग में लिखा जा चुका है ) की एक मात्रा अक्सिर से कम नहीं होती ।

नोट—आरसेनिक की मितली एक विशेष लक्षण रखती है यदि उसका ध्यान रखा जाय, तो न केवल यह कि प्यास दूर

हो जायगी, अपितु ज्वर भी दूर हो जायगा। वह लक्षण यह है कि रोगी तेज प्यास तो प्रगट करे, किन्तु एक दो घूंट से अधिक पानी न पी सके और आमाशय स्थल पर जलन प्रकट करे।

अगर तीव्र प्यास के साथ अतिमार की शिकायत भी हो तो 'आनन्दप्रद चूर्ण' जिसका वर्णन 'देहाती अनुभूत योग सग्रह' में लिखा जा चुका है, परम लाभप्रद सिद्ध होता है। इसके सेवन से तीनों ही उपसर्ग शांत होकर रोगी को आराम मिल जाता है।

मलेरिया के उपसर्ग--मलेरिया का पूरा आक्रमण सारे शरीर में कष्ट उत्पन्न कर देता है। कभी सारे वदन में दर्द होता है। यद्यपि पूर्वाक्त एस्प्रीन से कुछ घंटों के लिए आराम हो जाता है, किन्तु कभी पुनः प्रारम्भ हो जाता है। रोगी अपने को थका हुआ अनुभव करता है। मानो कि उसका शरीर चूर २ हो रहा हो। उस समय पाशोया करना परमहितकर सिद्ध होता है। पहिले समय में हरेक मनुष्य सबसे अधिक ध्यान परमात्मा पर रखता था, उसके बाद अपने स्वास्थ्य पर। किन्तु आज के युग में इन शोपक पूजीपतियों ने हम गरीबों को न तो इस योग्य ही छोड़ा कि हम ईश्वर का ध्यान कर सकें और न ही इस योग्य कि हम अपने स्वास्थ्य की ओर ध्यान दे सकें। यही कारण है, कि आजकल बहुत ही सूक्ष्म चिकित्साएँ देश भर में प्रचलित हैं। चूँकि यहां हमारा सम्बन्ध मलेरिया और उसके उपसर्गों से है, अतः हम अपने प्रिय पाठकों से निवेदन करेंगे कि वे भी

प्रकृति की दौ हुई अनुपम देनों से लाभ उठाएं। इस सम्बन्ध में देहाती फार्मसी द्वारा प्रकाशित 'देहाती प्राकृतिक चिकित्सा' नामक पुस्तक आपकी बहुत ही सहायता करेगी। क्योंकि उसमें प्राकृतिक वस्तुओं यथा नीम, बबूल, पीपल, बरगद, मूलों, गाजर आदि से ही सर्व रोगों की सफल चिकित्सा करना बताया गया है। गरीबों के लिए अपने प्रकार की एक ही पुस्तक है।

इसके अतिरिक्त आपको कुछेक चुनी हुई औषधियां भी बताता हूं, ताकि आवश्यकता के समय आप तत्काल लाभ उठा सकें। शरीर तथा हड्डियों के हर प्रकार के ज्वर को दूर करने के लिए होमियोपैथिक ढंग से बनी हुई दवा आर्निकामान्ट न० ३० (Arnica 30) दो बूंद पानी में मिलाकर दे दें। तत्काल पीड़ा बन्द हो जाती है। किन्तु चोट लगने की पीड़ा के लिए रस्टॉक्स ३० (Rustox 30) देना चाहिए।

## खुशखबरी

यह शुभ सूचना सुनाते हुए हमें परम हर्ष है कि मे० देहाती फार्मसी, मु० पो० कासन, जिला गुड़गांवों ने अपनी फार्मसी में आयुर्वेदिक औषधियों के अतिरिक्त होमियोपैथिक औषधियों का भी प्रबन्ध कर लिया है। चूंकि होमियोपैथिक चिकित्सा आधुनिक चिकित्साओं में सर्वश्रेष्ठ मानी जाती है, क्योंकि इसकी औषधियां तत्क्षण प्रभाव दिखाती हैं, अस्तु पाठकगण

आवश्यकता के समय औषधियां मंगा सकते हैं। वहां से उचित मूल्य पर मिल सकेंगी।

कम्प—मलेरिया कम्प से ही होता है, इसके लिए आमाशय शुद्धि के बाद गौदन्ती भस्म र रत्ती, प्रातः साय शर्वत वनपक्षा या वजूरी से दें दें। काफी है।

कम्प के लिए कुनैन भी लाभदायक है, किन्तु आजकल यह असफल मिट्ट हो रही है। अस्तु एक और अनमोल योग सुन लीजिए और बनाकर स्वास्थ्य यश व धनोपार्जन कीजिए।

गुलाबी पाउडर—शिगरफ रुमी, सोमल श्वेत उचित परिमाण में लेकर पानी से रगड़कर टिकिया बनाएं और तवे पर रखकर ऊपर प्याला ओंघा करके नीचे आग जलावें। एक घंटे मन्द आंच जलाते रहें। तदनन्तर खरल में वांसीके करके सुरक्षित रखलें। कम्प से पूर्व या प्रारम्भ होते ही एक तिनका मुनक्का में डालकर दे दें, वंस कम्प दूर हो जायगा।

वारी—वारी रोकने के लिए हमारी पद्धति यह है कि नागा के दिन मृदु विरेचन देकर वारी के दिन ज्वरागमन से पूर्व 'गाउडर ऑफ आरसेनिक' शर्वत उन्नाव या सादा पानी से दे दिया जाय। इसका प्रभाव ईश्वर कृपा से कुनैन से बढ़कर ही रहा है। यदि यह तैयार न हो, तो 'अक्सीर वारी' प्रयोग में लाएं—

## अवसीर बारी

छोटी इलायची का दाना ३ मा०, जाज अहमर ३ माशा, चूर्ण बनाकर १-१ माशा, प्रातः दोपहर सायं-शर्व्वत, उन्नाव या सादां पानी से दे दीजिए । ईश्वरेच्छया प्रथम दिवस ही ज्वर रुक जायगा ।

## लाख रुपए का एक ही योग

मलेरिया और उसके उपसर्गों का अद्वितीय इलाज

### तीन प्रसिद्ध औषधालयों का गुप्त रहस्य

ये लोग लेखक के प्रशसनीय प्रयत्न से ही लाखों लोगों के कल्याणार्थ प्रकाशित हो सके हैं, जो कि लाखों रोगियों पर अनुभूत हो चुके हैं । ये योग तीन सुप्रसिद्ध औषधालयों के गुप्त रहस्य हैं, जिन्हें ईश्वर ही जाने, किन् २ प्रयासों से प्राप्त किया गया है ।

लीजिए योग प्रस्तुत है । ईश्वर कृपा से इसके होते हुए मलेरिया के लिए आपको और किसी योग की आवश्यकता नहीं पड़ेगा ।

योग—जमालगोटा मुदविर १ तोला, करंजुवा की गिरी १ तोला, तवाशीर असली ६ माशा, सत गिलोय १ तोला, फुल्फुल स्याह १ तोला, छोटी इलायची का दाना ३ माशा, सोडा सिली सिलास ६ माशा, फिनास्टीन १ तोला, गेरु ६ माशा, बारीक

पीसकर रोगन वादियान के साथ आवश्यकतानुसार गोलियां बना लें ।

१-१ गोली प्रातः दोपहर व सायं शर्वत वनफशा या सादा पानी के साथ दें । ईश्वर कृपा से २-३ दस्त आकर तबियत साफ हो जायगी और ज्वर पहिले ही दिन दूर हो जायगा । अन्य उपसर्ग भी मिट जायगे ।

यदि कठिन कोष्ठवद्धता हो, तो २ से ३ गोली तक सशक्त पुरुष को सोते समय ताजा पानी से दें । प्रातःकाल उठते ही सारा दूषित द्रव्य बिना किसी कष्ट के निकल जायगा ।

॥ इति शुभम् ॥

हर प्रकार की पुस्तकें वी० पी० द्वारा मंगाने का पता—  
देहाती पुस्तक भण्डार, चावड़ी बाजार, दिल्ली-६

मुद्रक—यादव प्रिन्टिङ्ग प्रेस, बाजार सीताराम, दिल्ली ।

## गेहूं के पौधे में रोगनाशक अपूर्व गुण

गेहूँ का प्रयोग हम सभी लोग बारहों मास भोजन में करते रहते हैं, पर उसमें क्या गुण है, इस पर लोगो ने बहुत कम विचार किया है। मोटे तौरसे हम लोग इतना ही जानते हैं कि यह एक उत्तम शक्तिदायक खाद्य-पदार्थ है। कुछ वैद्यो ने यह भी पता लगाया है कि मुख्य शक्ति गेहूँ के चोकर में है, जिसे प्रायः लोग आटा छान लेने के बाद फेंक देते हैं अथवा जानवरों को खाने को दे देते हैं, स्वयं नहीं खाते हैं। हम हानिकारक महीन आटा या मैदा खाना पसन्द करते हैं और लाभदायक चोकर-सहित मोटा आटा खाना पसन्द नहीं करते। फल यह होता है कि शक्तिरहित गूदा (मैदा) खाते रहने से हमलोग जीवन भर अनेक प्रकार की बीमारियों से पीड़ित रहा करते हैं। ५० कृतिक चिकित्सक लोग प्रायः चोकर सहित आटा खाने पर जोर देते हैं, जिससे पेट की तमाम बीमारियाँ अच्छी हो जाती हैं। 24 घंटे भिगोकर सवेरे गेहूँ का नाश्ता करने से अथवा चोकर का हलुआ खाने से शक्ति आती है। फिर भी लोग झुझट से बचने के लिये डाक्टरों की दवाइयों के फेर में अधिक रहते हैं; जिनके सेवन से नयी-नयी बीमारियाँ दिनो दिन बढ़ती जा रही हैं, फिर भी लोग चेतते नहीं हैं। स्त्रियाँ तो विशेषकर दवा की भक्तिनी हो गयी हैं। घर में रोज काम में आने वाली और भी अनेक चीजें हैं, जिनके उचित प्रयोग से अनेक साधारण बीमारियाँ अच्छी हो सकती हैं, जिन्हें कि हमारी बड़ी-बूढ़ी माताएं अधिक जानती थी, पर आजकल की नयी स्त्रियाँ



उनके बनाने के झूठ से बचने के लिए बनी-बनायी दवाइयों का प्रयोग ही ज्यादा पसन्द करती हैं, फिर चाहे उनसे दिन-दिन स्वास्थ्य गिरता ही क्यों न जाए ।

इसी उपर्युक्त गेहू के सम्बन्ध में आज हम एक नयी बात बताना चाहते हैं—

अभी हाल में अमरीका की एक महिला डाक्टर ने गेहू की शक्ति के सम्बन्ध में बहुत अनुसन्धान तथा अनेककानेक प्रयोग करके एक बड़ी पुस्तक लिखी है, जिसका नाम है “Why suffer? Answer... Wheat Grass Manna” यह पुस्तक आपको ‘महात्मा गांधी’ निसर्गोपचार आश्रम, पोष्ट उरुलीकाचन, जिला पूना से मिल सकती है । पहले इसका मूल्य तीस रुपये था । इसकी लेखिका हैं, डा० ए० विरामोर, D D N D., P S D, P W D,; S M D. वगैरह— उसमें उन्होंने अपने सब अनुसन्धानों का पूरा विवरण दिया है । उन्होंने अनेकानेक असाध्य रोगियों को गेहू के छोटे-छोटे पौधों का रस (Wheat Grass Juice) देकर उनके कठिन से कठिन रोग अच्छे किये हैं । वे कहती हैं कि ‘ससार में ऐसा कोई रोग नहीं है जो इस रस के सेवन से अच्छा न हो सके । कैंसर के बड़े-बड़े भयंकर रोगी उन्होंने अच्छे किये हैं, जिन्हें डाक्टरों ने असाध्य समझकर जवाब दे दिया था और वे मरणप्राय अवस्था में अस्पताल से निकाल दिए गए थे । ऐसी हितकर चीज यह अद्भुत Wheat Grass



Juice साबित हुई है । अनेकानेक भगदर, बवासीर, मधुमेह, गठिया-वाय, पीलियाज्वर, दमा, खासी वगैरह के पुराने से पुराने असाध्य

रोगी उन्होंने इस साधारण से रस से अच्छे किये हैं। बुढ़ापे की कम-जोरी दूर करने में तो यह रामबाण ही है। भयकर फोड़ो और घावों पर इसकी लुगदी बाधने से जल्दी लाभ होता है। अमेरिका के अनेकानेक बड़े-बड़े डाक्टरों ने इस बात का समर्थन किया है और अब बम्बई और गुजरात प्रान्त में भी अनेक लोग इसका प्रयोग करके लाभ उठा रहे हैं।

इस अमृत-समान रसके तैयार करने की विधि भी उक्त महिला डाक्टर ने विस्तार पूर्वक लिख दी है, ताकि प्रत्येक साधारण मनुष्य भी इसे तैयार करके स्वयं लाभ उठा सके और दूसरे अन्य रोगियों को भी लाभ पहुंचा सके। इस रस को लोग Green Blood की उपमा देते हैं, कहते हैं कि यह रस मनुष्य के रक्त से 40 फीसदी मेल खाता है। ऐसी अद्भुत चीज आज तक कहीं देखने-सुनने में नहीं आयी थी। इसके तैयार करने की विधि बहुत ही सरल है। प्रत्येक मनुष्य अपने घर में इसे आसानी से तैयार कर सकता है। कहीं इसे मोल लेने जाना नहीं पड़ता, न यह पेटेंट दवा के रूप में विकती है। यह तो रोज ताजी बनाकर ताजी ही सेवन करनी पड़ती है।

**इस रसके बनाने की विधि इस प्रकार है**

आप 10-12 चीड़के टूटे-फूटे बक्सों में, बासकी टोकरी में अथवा मिट्टी के गमलों में अच्छी मिट्टी भरकर उनमें प्रति दिन बारी-बारी से कुछ उत्तम गेहूं के दाने बो दीजिए और छाया में अथवा कमरे या वरामदे में रखकर यदाकदा थोड़ा-थोड़ा पानी डालते जाइये, धूप न लगे तो अच्छा है। तीन-चार दिन बाद पेड़ उग जायेंगे और आठ-दस दिन के बाद बीता-डेढ-बीता (7-8 इंच) भरके हो जायेंगे, तब आप उसमें से पहले दिन के बोंए हुए 30-40 पेड़ जड़ सहित उखाड़ कर जड़ को काटकर फेंक दीजिए और बचे हुए डठल और पत्तियों

को (जिसे Wheat Grass कहते हैं) धोकर साफ सिलपर थो पानी के साथ पीसकर आधे गिलास के लगभग रस छानकर तैयार कर लीजिये और रोगी को तत्काल वह ताजा रस रोज सवेरे पिल दीजिये। इसी प्रकार शामको भी ताजा रस तैयार करके पिलाइये-



वस आप देखेंगे कि भयकर-भयकर रोग आठ-दस या पन्द्रह बी दिन बाद भागने लगेंगे और दो-तीन महीने में वह मरणप्राय प्राण एकदम रोगमुक्त होकर पहले के समान हट्टा-कट्टा स्वस्थ मनुष्य हो जायेगा। रस छानने में जो फूजला निकले उसे भी आप नमक वगैर डालकर भोजन के साथ खा लें तो बहुत अच्छा है। रस निकालने के झंझट में से बचना चाहे तो आप उन पौधों को चाकू से महीन-महीन काटकर भोजन के साथ सलाद की तरह भी सेवन कर सकते हैं परन्तु उसके साथ कोई फल न मिलाये जाये। साग-सब्जी मिलाकर खूब शीक से खाइये, आप देखियेगा कि इस ईश्वरप्रदत्त अमृत के सामने डाक्टर-वैद्यों की दवाइया सब बेकार हो जायेगी, ऐसा उन महिला डाक्टर का दावा है।



गेहूँ के पौधे 7-8 इंच से ज्यादा बड़े न होने पाये, तभी उन्हें काट ले लाया जाय। इसी कारण 10-12 गमले या चीड़के बक्स रखकर

वारी-वारी (प्रायः प्रति दिन दो-एक गमलो में) आपको गेहू के दाने बोने पड़ने। जैसे-जैसे गमले खाली होते जाय, वैसे-वैसे उसमें गेहू बोते चले जाइये। इस प्रकार यह गेहू घर में प्राय वारहो मास उगाया जा सकता है।

उन महिला डाक्टर ने अपनी प्रयोगशाला में हजारों असाध्य रोगियों पर इस Wheat Grass Juice का प्रयोग किया है और वे कहती हैं कि उनमें से किसी एक मामले में भी असफलता नहीं हुई।

रस निकाल कर ज्यादा देर नहीं रखना चाहिए। ताजा हो सेवन कर लेना चाहिए। घण्टा-दो-घण्टा रख छोड़ने से उसकी शक्ति घट जाती है और तीन-चार घण्टे बाद तो वह बिल्कुल व्यर्थ ही हो जाता है। डठल और पत्ते इतनी जल्दी खराब नहीं होते। वे एक-दो दिन हिफाजत से रक्खे जाय तो विशेष हानि नहीं पहुँचती।



इसके साथ-साथ आप एक काम और कर सकते हैं, वह यह कि आप आधा कप गेहू लेकर धो लीजिये और किसी बर्तन में डालकर उसमें दो कप पानी भर दीजिये, वारह घण्टे बाद वह पानी निकाल कर आप सवेरे-शाम पी लिया कीजिये। वह आप के रोग को निर्मूल करने में और अधिक सहायता करेगा। बचे हुए गेहू आप नमक-मिर्च डालकर वैसे भी खा सकते हैं अथवा पीसकर हलुवा बना कर सेवन कर सकते हैं अथवा सुखाकर आटा पिसवा सकते हैं—सब प्रकार लाभ-ही-लाभ है।

ऐसा उपयोगी है यह रोज काम में आने वाला गेहूं। उपर्युक्त अग्रजी पुस्तक की लेखिका ने बहुत प्रसन्न मन से सबको छूट दे



रक्खी है कि ससार में चाहे जो व्यक्ति इस अमृत का प्रयोग करके लाभ उठावे और लोगों में प्रचार करे, जिससे सब लोग सुखी हो।

मालूम होता है हमारे ऋषि-मुनि लोग इस क्रिया को पूर्णरूप से जानते थे। उन्होंने स्वास्थ्य की रक्षा करने वाले पदार्थों को नित्य के पूजा-विधान में रख दिया था, जिससे लोग उन्हें भूल न जायें और नित्य ही उनका प्रयोग करते रहे। जैसे तुलसीदल, वेलपत्र, चन्दन, गगाजल, गोमूत्र, तिल, धूप-दीप, रुद्राक्ष वगैरह। इसी प्रकार पूजाओं में जौ का प्रयोग और जौ बो कर उसके पौधे उगाना भी पूजा का एक विधान रक्खा था, जो प्रथा आज तक किसी-न-किसी रूप में चली आ रही है। गेहूं और जौ में बहुत अन्तर नहीं है। बहुत सम्भव है, जौ के छोटे-छोटे पौधों में जीवन शक्ति अधिक हो, और सम्भव है, इसी से पूजा में जौ को ही प्रधानता दी गई हो परन्तु हम लोग इन स्वास्थ्यवर्द्धक चीजों को केवल पूजा की सामग्री समझकर उनका नाममात्र को प्रयोग करते हैं—स्वास्थ्य के विचार से यथार्थ मात्रा में उनका सेवन करना हम भूल ही गये हैं।

ऐसा है यह गेहूं के पौधों में भरा हुआ ईश्वरप्रदत्त अमृत। लोगों को चाहिए कि वे इस अमृत का सेवन कर स्वयं सुखी हो और लाभ मालूम हो तो परोपकार के विचार से इसका यथाशक्ति प्रचार करके अन्य लोगों का कल्याण करे और स्वयं महान् पुण्य के भागी हो।

गेहूँ के पीवे का रस पीने से बाल भी कुछ समय के बाद काले हो जाते हैं। शरीर में ताकत बढ़ती है। मूत्राशय का ककर भी ठीक हो जाता है। भूख खूब लगती है। आँखों की ज्योति बढ़ती है। विद्यार्थियों



का शारीरिक व मानसिक विकास खूब होता है और स्मरण शक्ति बढ़ती है। छोटे बच्चों को भी यह रस दिया जा सकता है। छोटे बच्चों को पाच-पाच बूँद देना चाहिए।

जिस मिट्टी में गेहूँ बोया जाय, उसमें रासायनिक खाद नहीं होना चाहिये।



रस धीरे-धीरे पीना चाहिए। रस बनने पर तुरन्त पी लेना चाहिए। तीन घण्टे में उसके पोषक गुण दूर हो जाते हैं। रस लेने के पूर्व तथा बाद में एक घण्टे तक कुछ भी न खाया जाय। शुरू में कड़ियों को उल्टी होगी और दस्त लगेंगे तथा सर्दी मालूम पड़ेगी। यह सब रोग होने की निशानी है। सर्दी, उल्टी या दस्त होने से शरीर में एकत्रित मल बाहर निकल जावेगा, इसमें घबराव की जरूरत नहीं है। रस में अदरक अथवा खाने के पान मिला सकते हैं, इससे

स्वाद तथा गुण में बढ़ती हो जाती है । रस में नीच अथवा नम नट मिलाना चाहिए ।

यह रस लेने वालों का अनुभव है कि उनमें आगे, दांत और दाँवों को बहुत फायदा होता है और कन्जियत की बीमारी नहीं रहती । इस रस के सेवन में कोई हानि नहीं होती । उसका सेवन करने नम्र सादा भोजन ही लेना चाहिए । तली हुई वस्तुएँ नहीं खानी चाहिए ।

जिन भाइयों को लाभ पहुँचे वे प्रकाशक को अपने अनुभव लिख कर भेजे ताकि दूसरों को बताया जा सके ।

